



バラエティ豊かにメニューをそろえました。  
栄養バランスもGOOD!

パストラル尼崎

12月7日(月)～12月13日(日)



このマークがついている献立には食後に  
コーヒー又は紅茶をサービスさせていただきます。

		7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)		
朝食	和食	<b>ごぼ天の炊き合わせ</b> キャベツの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	<b>焼きししゃもと 笹かまぼこ</b> オクラのぼん酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	<b>飛龍頭の煮物</b> カリフラワーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	<b>小海老ときのこの 玉子とじ</b> 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	<b>ツナと野菜の炒め物</b> 青梗菜のお浸し 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	<b>茶粥</b> おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	<b>鶏じゃが</b> 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g		
	洋食	<b>ミートボールと野菜の ポトフ</b> インゲンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	<b>オムレツ</b> 野菜のソテー パン ミルク デザート 503kcal /3.0g	<b>小倉トースト</b> 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	<b>ハムと野菜のソテー</b> シーザーサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	<b>ウインナーと ジャーマンポテト</b> グリーンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.3g	<b>ミニグラタンと温野菜</b> 海藻サラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	<b>サンドイッチ</b> 具沢山クリームスープ ミルク デザート 497kcal /3.0g		
昼食	日替A	<b>つばすの煮付け</b> レンコンの金平 ご飯 味噌汁 デザート  578kcal /3.0g	<b>豚肉のホイコーロー</b> 五目煮豆 ご飯 スープ デザート 592kcal /2.9g	<b>とろあじのもろみ焼き</b> しろ菜のなめ茸和え ご飯 すまし汁 デザート 580kcal /3.0g	<b>牛肉の甘辛煮</b> ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	<b>カラスカレイの生姜煮</b> 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	<b>鶏肉のマヨポン炒め</b> ひじきの煮物 ご飯 スープ デザート 589kcal /3.0g	<b>鯖の漬け焼き</b> パプリカのピクルス ご飯 スープ デザート 562kcal /3.0g		
	日替B	<b>親子丼</b> レンコンの金平 味噌汁 デザート  612kcal /3.0g	<b>梅わかめうどん(温)</b> 五目煮豆 ふりかけご飯 デザート 574kcal /3.1g	<b>焼き豚温玉丼</b> しろ菜のなめ茸和え すまし汁 デザート 602kcal /3.0g	<b>きつねあんかけそば</b> ブロッコリーの粒マスタード和え 菜飯 デザート 600kcal /3.2g	<b>キャベツとひき肉の チャーハン</b> 春雨サラダ 味噌汁 デザート 594kcal /3.0g	<b>シーフードピラフ</b> ひじきの煮物 スープ デザート 632kcal /3.0g	<b>茄子の ミートソーススパゲティ</b> パプリカのピクルス ご飯 スープ デザート 631kcal /3.1g		
夕食	日替A	<b>糸より鯛と海鮮の クリームシチュー</b> 高野豆腐の炊き合わせ 小松菜の辛子和え ご飯 漬物 デザート 710kcal /3.0g	<b>穴子の柳川煮</b> 桜海老のかき揚げ トマトのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g	<b>赤カレイの煮付け</b> 南瓜のグリル ツナと大根のサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g	<b>鯛の塩こうじ焼き</b> エビ芋と生麩の田楽 春菊とカニカマの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 720kcal /2.9g	<b>サーモンとイクラの 親子丼</b> 厚揚げと舞茸の煮物 ほうれん草の胡麻和え すまし汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	<b>ぶりの幽庵焼き</b> キャベツの肉味噌炒め 温玉とろろ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	<b>鱈の竜田揚げ</b> ふろふき大根 たこ酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 714kcal /3.0g		
	日替B	<b>牛肉と帆立の炒め物</b> 高野豆腐の炊き合わせ 小松菜の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	<b>鶏肉の葱塩焼き</b> 桜海老のかき揚げ トマトのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	<b>ビーフカレー</b> 南瓜のグリル ツナと大根のサラダ 福神漬け デザート 712kcal /3.0g	<b>豚肉とイカの 中華炒め</b> エビ芋と生麩の田楽 春菊とカニカマの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 722kcal /3.1g	<b>鶏肉の山椒味噌焼き</b> 厚揚げと舞茸の煮物 ほうれん草の胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	<b>イベリコ豚のガーリック クバター醤油焼き</b> キャベツの肉味噌炒め 温玉とろろ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	<b>牛肉の野菜巻き</b> ふろふき大根 たこ酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 700kcal /3.2g		

その他 アラカルトご用意いたしております。

食事予約票は 12月1日 正午 までにご提出下さい。  
ご予約の変更は前日の13時30分までにフロントまで お申し付け下さい。  
★マークは新メニューです。  
仕入れの都合により、メニューが変更になることがあります。

心をこめて Smile & Speedy



ハーベスト株式会社