



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!

パストラル加古川

12月27日(日)~1月2日(土)



	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	1日(金)	2日(土)
朝食	朝A定食 焼きししゃも 玉ねぎの甘辛煮 納豆 ご飯 みそ汁 453kcal/3.3g	千草焼き アスパラのピーナッツ和え フルーツ ご飯 みそ汁 463kcal/3.2g	鮭の塩焼き 切干大根の酢の物 納豆 ご飯 みそ汁 461kcal/3.4g	三種盛り(小柱) ふきの当座煮 らっきょう漬け ご飯 みそ汁 47kcal/3.9g	はんぺんのおろし煮 白菜の胡麻和え 梅干し ご飯 みそ汁 462kcal/3.1g	謹賀新年  【おせち】 祝有頭海老 鯛の照り焼き 鱈の西京焼き 鮑風煮貝 若鶏の八幡巻 松風焼き にしん昆布巻き 栗の甘煮 黒豆・田作り 数の子 寿高野・くわい煮 ゆず釜いくら 伊達巻き 紅白かまぼこ おせち+雑煮 3800円 雑煮のみ 350円 (税別) 1018kcal/7.0g	♪エビときのこの卵とじ カリフラワーの甘酢和え フルーツ ご飯 みそ汁 478kcal/2.7g
	朝B定食 ベーコンスープ煮 オニオンサラダ ヨーグルト ロールパン ミルク 513kcal/3.5g	ジャーマンポテト アスパラのピーナッツ和え フルーツ あんぱん ミルク 461kcal/3.3g	チーズオムレツ 大根サラダ フルーツ イギリスパン ミルク 459kcal/3.4g	ハムと野菜の炒め物 海藻サラダ チーズ トースト ミルク 451kcal/3.2g	ポトフ 白菜のドレッシング和え ヨーグルト ロールパン ミルク 431kcal/3.6g		野菜のトマト煮 カリフラワーの甘酢和え フルーツ トースト ミルク 475kcal/3.6g
昼食	昼A定食 チキンソテー ゴマソースがけ ひじき煮 フルーツ ご飯 みそ汁 541kcal/3.2g	牛肉のしぐれ煮 小松菜の炒め物 長芋短冊 ご飯 すまし汁 514kcal/3.4g	赤魚の煮つけ もやしのナムル オレンジゼリー ご飯 みそ汁 462kcal/3.9g	鶏肉の味噌漬け焼き 人参と青菜のしりしり オクラの生姜和え ご飯 すまし汁 461kcal/3.9g	♪ほっけの照り焼き 若竹煮 豆サラダ ご飯 みそ汁 464kcal/4.0g	赤飯 雑煮 1018kcal/7.0g	鶏じゃが パプリカとツナの炒め物 フルーツ ご飯 みそ汁 453kcal/3.9g
	昼B定食 稲庭うどん ひじき煮 フルーツ 497kcal/3.4g	明太しらす丼 小松菜の炒め物 長芋短冊 すまし汁 481kcal/3.9g	キムチチャーハン もやしのナムル オレンジゼリー 中華スープ 553kcal/3.2g	海鮮塩焼きそば オクラの生姜和え フルーツ すまし汁 522kcal/3.3g	ハヤシライス 豆サラダ フルーツ 483kcal/3.2g		野菜塩ラーメン パプリカとツナの炒め物 フルーツ 433kcal/3.4g
夕食	夕A定食 ♪粕汁鍋 蓮根金平 春菊とカニのみぞれかけ ご飯 漬物 デザート 611kcal/3.8g	鶏の香草焼き 茄子のそぼろ煮 トマトマリネ ご飯 みそ汁 果物 612kcal/3.5g	鰻の利休焼き 卵の花 浅漬け盛り合わせ ご飯 すまし汁 果物 648kcal/3.6g	☆和風ハンバーグ 揚げ出し豆腐 ほうれん草のお浸し ご飯 みそ汁 果物 678kcal/3.2g	大晦日 年越しそば 筑前煮 春菊のゆず和え ご飯 果物  733kcal/4.2g	新春メニュー  ちらし寿司 牛肉と豆腐の煮物 たこときゅうりの酢の物 赤だし デザート  721kcal/3.8g	大鱈の塩焼き 大根といかの煮物 小松菜のなめたけ和え ご飯 みそ汁 漬物 果物 624kcal/4.0g
	夕B定食 揚げ魚のレモンマリネ 蓮根金平 春菊とカニのみぞれかけ ご飯 すまし汁 デザート 684kcal/4.2g	魚介のクリーム煮 茄子のそぼろ煮 トマトマリネ ご飯 コンソメスープ 果物 638kcal/4.2g	イベリコ豚のステーキ 卵の花 白菜のコーン和え ご飯 すまし汁 果物 706kcal/4.0g	鯛の白ワイン蒸 ほうれん草のバターソテー 豆腐サラダ ご飯 コンソメスープ 果物 636kcal/4.1g			黒酢酢豚 大根といかの煮物 小松菜のなめたけ和え ご飯 みそ汁 果物 668kcal/3.2g

食事予約表は 12月15日(火) 午後5時までにご提出下さい。
予約変更は前日11時までにお申し付け下さい。

☆印はおすすめメニュー、♪印は新メニューです。



心をこめて Smile & Speedy

ハーベスト株式会社