



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!

パストラルール尼崎

1月25日(月)～1月31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。

		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)
朝食	和食	さつま揚げの煮物 キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	貝柱と三つ葉の 玉子とじ 青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	豆腐のふわふわ寄せ いんげんの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	赤魚の煮付け カリフラワーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	肉団子と野菜の 炒め物 ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	信田巻きと 野菜の旨煮 和風サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	玉子粥 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	クリームパンと チョコレートパン 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 522kcal /3.0g	鱈のカレー焼き トマトサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	さつま芋の クリームシチュー いんげんのバターソテー パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	目玉焼きと チキンナゲット カリフラワーサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	ロールパンサンド 具沢山ポトフ  ミルク デザート 532kcal /3.3g	ベーコンと 野菜の炒め物 和風サラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	茶美豚のバジル とチーズのソーセージ オニオンサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替 A	麻婆茄子 たけのこの土佐煮 ご飯 スープ デザート 623kcal /3.0g	カレイの煮付け (骨付き) 白菜のレモン酢 ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	コロッケ盛り合わせ ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 636kcal /3.0g	鯖の漬け焼き 切干大根 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	鶏肉のマヨポン炒め 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	つばすの味噌煮 きのこのマリネ  ご飯 スープ デザート 589kcal /3.0g	豚の生姜焼き 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替 B	にしんそば たけのこの土佐煮 梅ちりめんご飯 デザート 580kcal /3.0g	お好み焼き  白菜のレモン酢 ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /3.1g	高菜チャーハン ブロッコリーの粒マスタード和え スープ デザート 574kcal /3.0g	ワンタン麺 切干大根 ご飯 デザート 622kcal /3.2g	イカ天うどん 南瓜の煮物 ゆかりご飯 デザート 592kcal /3.2g	カレーライス きのこのマリネ  福神漬け デザート 632kcal /3.0g	まぐろ漬け丼 青梗菜のお浸し 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替 A	銀鮭の照り焼き 牛すじとこんにゃくの土手煮 春菊の柚子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	平目の酒蒸し 小松菜のじゃこ炒め 浅漬け盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	ぶりの塩焼き イカとかぶの煮物 茄子と大葉の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	鯖の柚子胡椒焼き さつま芋のいとこ煮  うざく ご飯 豚汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g	鯛のトマトソース 玉子豆腐の銀あんかけ 大根とささみの梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	すずきの竜田揚げ 中華あんかけ 焼きビーフン トマトとアボカドの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	穴子の柳川煮 チヂミ もずくと胡瓜の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替 B	黒豚のステーキ 牛すじとこんにゃくの土手煮 春菊の柚子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	チンジャオロース 小松菜のじゃこ炒め 浅漬け盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	地鶏の天ぷら チリソース イカとかぶの煮物 茄子と大葉の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	牛肉と野菜の 五目炒め さつま芋のいとこ煮  うざく ご飯 豚汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	粕汁鍋  玉子豆腐の銀あんかけ 大根とささみの梅和え ご飯 漬物 デザート 689kcal /3.0g	ローストビーフ 焼きビーフン トマトとアボカドの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	鶏肉と野菜の 味噌煮込み チヂミ もずくと胡瓜の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 726kcal /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 1月19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