



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

1月11日(月)~1月17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。

		11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)
朝食	和食	飛龍頭の炊き合わせ 玉ねぎの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	しらす粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	魚つみれの煮物 ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	巣ごもり玉子 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	ロールキャベツの和風煮 いんげんの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	竹輪とグリーンピースの玉子とじ 青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	筑前煮 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	ミニハンバーグ オニオンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ほうれん草とベーコンのソテー 枝豆サラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	オムレツ マカロニサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	小倉トースト 具沢山クリームスープ ミルク デザート 512kcal /2.9g	ハムエッグ いんげんのマリネ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	ミートボールのトマト煮込み コーンサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	ホットサンド サラダ スープ ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	カラスカレイの梅しそ焼き 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート 600kcal /3.0g	豚肉のみぞれ煮 きのこの胡麻だれ ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	つばすの煮付け ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 574kcal /3.0g	チキン南蛮 ピクルス盛り合わせ ご飯 スープ デザート 640kcal /3.0g	あじの塩焼き(一尾) ほうれん草のなめ茸和え ご飯 味噌汁 デザート 584kcal /3.0g	牛肉とキャベツの旨塩炒め 長芋の山葵和え ご飯 スープ デザート 600kcal /3.0g	エビチリ カリカリじゃこのサラダ ご飯 スープ デザート 630kcal /3.0g
	日替B	木の葉井 春雨サラダ 味噌汁 デザート 580kcal /3.0g	きつねうどん きのこの胡麻だれ ゆかりご飯 デザート 580kcal /3.1g	野菜たっぷり塩ラーメン ひじきの煮物 ご飯 デザート 630 /3.0g	カレーピラフ ピクルス盛り合わせ スープ デザート 600kcal /3.2g	のっぺいそば ほうれん草のなめ茸和え 梅ちりめんご飯 デザート 592kcal /3.2g	レタスとカニカマのチャーハン 長芋の山葵和え スープ デザート 632kcal /3.0g	ピビンバ井 カリカリじゃこのサラダ スープ デザート 621kcal /3.1g
夕食	日替A	平目のハーブソルト焼き キャベツの肉味噌炒め さつま芋とくるみの白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 734kcal /3.0g	すずきのあられ揚げ 点心盛り合わせ 焼きナス ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	鯛の塩こうじ焼き 高野豆腐の玉子とじ 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g	銀鮭の西京焼き かぶと豚肉の柚子胡椒炒め いかおくらめかぶ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690kcal /2.9g	ぶり大根 信田巻きの炊き合わせ キャベツと茗荷のみみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	鰻の散らし寿司 小芋とたこの煮物 春菊のお浸し 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	まぐろのステーキ 鶏肉ときのこの煮物 胡麻豆腐 ご飯 かき玉汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替B	豚肉の有馬焼き キャベツの肉味噌炒め さつま芋とくるみの白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	牛肉のオイスター煮込み 点心盛り合わせ 焼きナス ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	焼きトマトとチキンのグラタン 高野豆腐の玉子とじ 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 704kcal /3.0g	すき焼き鍋 かぶと豚肉の柚子胡椒炒め いかおくらめかぶ ご飯 漬物 デザート 688kcal /3.1g	酢豚 信田巻きの炊き合わせ キャベツと茗荷のみみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	鶏肉の二種焼き(柚子胡椒・タレ) 小芋とたこの煮物 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	牛肉の朴葉味噌焼き 鶏肉ときのこの煮物 胡麻豆腐 ご飯 かき玉汁 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5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