



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

2月8日(月)～2月14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。

		8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)
朝食	和食	五彩蒸しの炊き合わせ キャベツの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal / 2.8g	飛龍頭の炊き合わせ 青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal / 3.0g	枝豆とちくわの卵とじ いんげんの黒ゴマよごし ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal / 2.8g	巣ごもり玉子 しる菜のソテー ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 2.9g	赤魚の漬け焼き 玉ねぎの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g	麦とろろご飯 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468kcal / 3.0g	さばのみりん干し ブロccoliの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g
	洋食	オムレツ コールスローサラダ パン ミルク デザート 522kcal / 3.0g	シュガーバタートースト 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 504kcal / 3.0g	ベーコンとじゃが芋のマヨ焼き グリーンサラダ パン ミルク デザート 510kcal / 3.0g	ホットドッグ 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 512kcal / 2.9g	目玉焼きと野菜のチーズ焼き シーザーサラダ パン ミルク デザート 532kcal / 3.3g	エビマヨと温野菜 海藻サラダ パン ミルク デザート 510kcal / 3.0g	豚肉と大豆のトマト煮 コーンサラダ パン ミルク デザート 498kcal / 3.0g
昼食	日替A	鶏のつくね焼き 豆サラダ ご飯 味噌汁 デザート 623kcal / 3.0g	鯖の味噌煮 春雨サラダ ご飯 すまし汁 デザート 592kcal / 2.9g	豚肉のマスタード焼き レンコンの金平 ご飯 スープ デザート 636kcal / 3.0g	つばすの生姜煮 大根の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal / 3.0g	牛肉豆腐 もやしナムル ご飯 味噌汁 デザート 612kcal / 3.0g	とろあじの漬け焼き ピクルス盛り合わせ ご飯 味噌汁 デザート 589kcal / 3.0g	鶏肉のくわ焼き オクラのおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 562kcal / 3.0g
	日替B	昆布うどん 豆サラダ 梅ちりめんご飯 デザート 580kcal / 3.0g	天津飯 春雨サラダ すまし汁 デザート 590kcal / 3.1g	海老と高菜のチャーハン レンコンの金平 スープ デザート 574kcal / 3.0g	きつねそば 大根の煮物 ゆかりご飯 デザート 622kcal / 3.2g	とんこつラーメン もやしナムル ご飯 デザート 592kcal / 3.2g	焼き豚温玉丼 ピクルス盛り合わせ 味噌汁 デザート 632kcal / 3.0g	しらすと茗荷の混ぜ寿司 オクラのおかか和え 味噌汁 デザート 631kcal / 3.1g
夕食	日替A	すずきの天ぷら ほうれん草の炒り卵 タコと胡瓜の梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal / 3.0g	赤カレイの照り煮 点心盛り合わせ しる菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	鯖の菜種焼き 筑前煮 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal / 3.0g	ぶりの幽庵焼き 豚の角煮 焼きナス ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal / 2.9g	大鱈と野菜のホイル包み 鶏つくねの炊き合わせ いんげんのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal / 3.0g	鯛の塩こうじ焼き キャベツとイカの炒め物 かつおの酢味噌がけ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal / 2.9g	まぐろカツ かぶと豚肉の柚子胡椒炒め 胡瓜と中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal / 3.0g
	日替B	牛肉のオイスター煮込み ほうれん草の炒り卵 タコと胡瓜の梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal / 3.1g	豚肉の有馬焼き 点心盛り合わせ しる菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal / 3.0g	牛肉と帆立のスタミナ炒め 筑前煮 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal / 3.0g	ささみフライ(梅・チーズ) 豚の角煮 焼きナス ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal / 3.1g	豚しゃぶと蒸し野菜の胡麻ポン酢ソース 鶏つくねの炊き合わせ いんげんのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal / 3.0g	★鶏肉の水炊き鍋 キャベツとイカの炒め物 かつおの酢味噌がけ ご飯 漬物 デザート 700kcal / 3.1g	牛肉と煮玉子の甘辛煮 かぶと豚肉の柚子胡椒炒め 胡瓜と中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 726kcal / 3.2g

その他 アラカルトをご用意いたしております。

食事予約票は 2月2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