



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

3月8日(月)～3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	筑前煮 玉ねぎの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal / 2.8g	あじの開き じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal / 3.0g	玉子粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 466kcal / 2.8g	五彩蒸しの炊き合わせ 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 2.9g	干草玉子 和風サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g	焼きししやもと笹かまぼこ もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal / 3.0g	赤魚の煮付け 青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g
	洋食	海老と野菜のソテー シーザーサラダ パン ミルク デザート 522kcal / 3.0g	チーズオムレツ オニオンサラダ パン ミルク デザート 504kcal / 3.0g	豚肉と大豆のトマト煮 コールスローサラダ パン ミルク デザート 510kcal / 3.0g	サンドイッチ 具沢山ポトフ ミルク デザート 512kcal / 2.9g	ウインナーの粒マスタード炒め 和風サラダ パン ミルク デザート 532kcal / 3.3g	ホットケーキ 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 510kcal / 3.0g	スクランブルエッグとハッシュドポテト カリフラワーサラダ パン ミルク デザート 498kcal / 3.0g
昼食	日替A	カラスカレイと野菜のラトウイユ カリフラワーとカニカマの和え物 ご飯 スープ デザート 623kcal / 3.0g	ピーマンの肉詰め サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 592kcal / 2.9g	鯖のもろみ焼き 春雨サラダ ご飯 すまし汁 デザート 580kcal / 3.0g	鶏肉と野菜のポン酢蒸し 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal / 3.0g	つばすの煮付け キャベツの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 597kcal / 3.0g	豚肉のホイコーロー 豆サラダ ご飯 すまし汁 デザート 611kcal / 3.0g	とろあじの梅しそ焼き 胡瓜とツナの中中華サラダ ご飯 味噌汁 デザート 562kcal / 3.0g
	日替B	カレーピラフ カリフラワーとカニカマの和え物 スープ デザート 600kcal / 3.0g	ベーコンとキャベツのペペロンチーノ サイコロサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 603kcal / 3.1g	角煮チャーハン 春雨サラダ すまし汁 デザート 594kcal / 3.0g	にしんそば 南瓜の煮物 菜飯 デザート 579kcal / 3.2g	牛肉と舞茸の甘辛うどん キャベツの胡麻和え ご飯 デザート 600kcal / 3.2g	ネギトロ丼 豆サラダ すまし汁 デザート 589kcal / 3.0g	ビビンバ丼 胡瓜とツナの中中華サラダ 味噌汁 デザート 631kcal / 3.1g
夕食	日替A	鰻の三色丼 ピーマンのちりめん炒め 胡瓜の柚子酢和え 味噌汁 漬物 デザート 710kcal / 3.0g	鯛のレモン蒸し 焼きナスの銀あんかけ ささみと大根の梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	すずきのあられ揚げ たけのことさつま揚げの煮物 イカオクラの刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal / 3.0g	鯖の照り焼き 高野豆腐の卵とじ 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal / 2.9g	ぶりの幽庵焼き 小芋とたこの煮物 白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 667kcal / 3.0g	まぐろの竜田揚げ きのこコーンのバター醤油炒め トマトのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal / 2.9g	甘鯛のムニエル 海鮮チヂミ 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal / 3.0g
	日替B	豚肉と白菜の葱生姜煮 ピーマンのちりめん炒め 胡瓜の柚子酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal / 3.1g	おでん(鍋) 焼きナスの銀あんかけ ささみと大根の梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal / 3.0g	地鶏の二種焼き(柚子胡椒・タレ) たけのことさつま揚げの煮物 イカオクラの刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal / 3.0g	牛肉と野菜のスタミナ炒め 高野豆腐の卵とじ 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 728kcal / 3.1g	鶏肉と野菜の味噌煮込み 小芋とたこの煮物 白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 689kcal / 3.0g	ビーフシチュー きのこコーンのバター醤油炒め トマトのおかか和え ご飯 漬物 デザート 700kcal / 3.1g	豚肉の有馬焼き 海鮮チヂミ 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 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 3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