



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!

パストラール尼崎

3月1日(月)～3月7日(日)

		1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)
朝食	和食	<b>高菜粥</b> おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	<b>肉団子の炊き合わせ</b> トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	<b>蒸し鶏と三つ葉の 玉子とじ</b> 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	<b>焼きししゃもと 笹かまぼこ</b> オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	<b>具沢山豚汁</b> 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 469kcal /3.0g	<b>葱入りだし巻き卵</b> キャベツの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	<b>豆腐のふわふわ寄せ</b> いんげんのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	<b>ツナコーン オムレツ</b> ブロccoliリーサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	<b>ベーコンソーテーと ハッシュドポテト</b> トマトサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	<b>ロールパン サンド</b> 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	<b>ミートボールと野菜の トマト煮込み</b> コールスローサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	<b>目玉焼きと じゃがバター</b> 枝豆サラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	<b>茶美豚のバジル とチーズのソーセージ</b> グリーンサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	<b>クリームパンと あんぱん</b> 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	<b>牛肉の甘辛煮</b> 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート 613kcal /3.0g	<b>あじの塩焼き(一匹)</b> レンコンのそぼろ煮 ご飯 味噌汁 デザート 582kcal /2.9g	<b>豚肉のおろし煮</b> 温野菜サラダ ご飯 スープ デザート 636kcal /3.0g	<b>鯖の味噌煮</b> しる菜のお浸し ご飯 すまし汁 デザート 572kcal /3.0g	<b>麻婆豆腐</b> ごぼうサラダ ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	<b>ほっけの照り焼き</b> 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	<b>チキンソーテー 胡麻ソースがけ</b> レタスとみかんのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g
	日替B	<b>かやくうどん</b> 人参しりしり ご飯 デザート 580kcal /3.0g	<b>木の葉丼</b> レンコンのそぼろ煮 味噌汁 デザート 592kcal /3.1g	<b>海老のトマトクリーム パスタ</b> 温野菜サラダ ふりかけご飯 スープ デザート 584kcal /3.0g	<b>★そばめし</b> しる菜のお浸し すまし汁 デザート 622kcal /3.2g	<b>明太とろろ丼</b> ごぼうサラダ 味噌汁 デザート 572kcal /3.2g	<b>かき揚げそば</b> 五目煮豆 ゆかりご飯 デザート 632kcal /3.0g	<b>中華丼</b> レタスとみかんのサラダ 味噌汁 デザート 562kcal /3.1g
夕食	日替A	<b>鯛の煮付け</b> 点心盛り合わせ ほうれん草の胡麻和え 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g	<b>銀むつの漬け焼き</b> 牛すじとこんにゃくの土手煮 春菊の湯葉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	<b>ひなまつり</b> <b>海鮮散らし寿司</b> <b>飛龍頭の炊き合わせ</b>	<b>海老フライカレー</b> 南瓜のグリル ツナと大根のサラダ 福神漬け デザート 724kcal /2.9g	<b>ぶりの有馬山椒煮</b> 焼きビーフン 茄子と大葉の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	<b>銀鮭の塩焼き</b> 厚揚げと舞茸の煮物 たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	<b>赤カレイの煮付け</b> 五彩蒸しの銀あんかけ しめじと小松菜のポン酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替B	<b>黒豚のステーキ</b> 点心盛り合わせ ほうれん草の胡麻和え 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.1g	<b>酢鶏</b> 牛すじとこんにゃくの土手煮 春菊の湯葉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 715kcal /3.0g	<b>菜の花の菊花和え</b> <b>赤だし ひななあれ デザート</b>	<b>赤鶏の葱塩焼き</b> 南瓜のグリル ツナと大根のサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	<b>牛肉と野菜の 五目炒め</b> 焼きビーフン 茄子と大葉の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	<b>豚肉の柳川煮</b> 厚揚げと舞茸の煮物 たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	<b>牛肉の朴葉焼き</b> 五彩蒸しの銀あんかけ しめじと小松菜のポン酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 716kcal /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 2月23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