



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22日(月)～3月28日(日)

	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)
朝食	和食 納豆オムレツ ブロッコリーのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	高野豆腐の炊き合わせ もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	肉団子の旨煮 キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	おにぎり(鮭・梅) おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	ツナと野菜の炒め物 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	五彩蒸しの炊き合わせ 青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	さつま揚げの玉子とじ たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食 ほうれん草とベーコンのソテー ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ウインナーとジャーマンポテト グリーンサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	ホットサンド サラダ スープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	鱈のカレー焼き イタリアンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	スクランブルエッグとチキンナゲット 海藻の和え物 パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	小倉トースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	ミニハンバーグ 胡瓜のマリネ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A つばすの梅煮 蒟とたくあん和え物 ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /3.1g	豚肉のピカタ 里芋の煮ころがし ご飯 スープ デザート 598kcal /2.9g	鯖の塩焼き 小松菜のすだち和え ご飯 味噌汁 デザート 586kcal /3.0g	ユーリンチー(揚げ鶏ねぎソースがけ) カリフラワーとカニカマの和え物 ご飯 スープ デザート 622kcal /3.0g	カレイの煮付け(骨付き) オクラとなめ茸のねばねば和え ご飯 味噌汁 デザート 580kcal /3.0g	牛肉の時雨煮 長芋の山葵和え ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	とろあじの漬け焼き たけのこの土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B 五目にゆうめん 蒟とたくあん和え物 ご飯 デザート 580kcal /3.0g	しらすと野沢菜のおかかチャーハン 里芋の煮ころがし スープ デザート 590kcal /3.1g	天津飯 小松菜のすだち和え 味噌汁 デザート 604kcal /3.0g	きつねあんかけそば カリフラワーとカニカマの和え物 ゆかりご飯 デザート 588kcal /3.2g	シーフードドリア オクラとなめ茸のねばねば和え 味噌汁 デザート 611kcal /3.2g	かつおのたたき丼 長芋の山葵和え 味噌汁 デザート 563kcal /3.0g	稲庭うどんと新香巻き たけのこの土佐煮 デザート 568kcal /3.1g
夕食	日替A 鱈の柚子胡椒焼き イカと大根の煮物 スナップエンドウのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g	松花堂弁当	ぶりの煮付け 煮奴 さつま芋とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	糸より鯛の地中海煮込み きのこのバター醤油焼き 浅漬け盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /2.9g	すずきの竜田揚げ中華あんかけ 茄子にしん ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 732kcal /3.0g	サーモンのムニエル ニラ玉 カニ身とわかめの甘酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 721kcal /2.9g	鯛の照り煮 鶏肉と切干大根の煮物 菜の花の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替B ローストビーフ イカと大根の煮物 スナップエンドウのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	3月15日に提示致します 	鶏肉と野菜の黒胡椒焼き 煮奴 さつま芋とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	牛肉のオイスター炒め きのこのバター醤油焼き 浅漬け盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715kcal /3.1g	豚肉のちゃんこ煮 茄子にしん ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	鶏肉の山椒味噌焼き ニラ玉 カニ身とわかめの甘酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	酢豚 鶏肉と切干大根の煮物 菜の花の辛子和え 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16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