



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!

パストラルール尼崎
4月12日(月)～4月18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。

		12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)
朝食	和食	あじの開き 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	目玉焼きと粉ふき芋 キャベツの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	筑前煮 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	竹輪ときのこの 玉子とじ じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	厚揚げと野菜の煮物 もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	鶏肉と高菜の炒め物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	麦とろろご飯 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	ハムとじゃが芋 マヨ焼き 野菜炒め パン ミルク デザート 522kcal /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 504kcal /3.0g	ホットケーキ 具沢山コーンスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	ブロッコリーと ベーコンのクリーム煮 イタリアンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	ほうれん草と ウインナーの卵炒め 胡瓜のマリネ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	サンドウィッチ 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	チーズオムレツ シーザーサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替 A	とん平焼き れんこんの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 623kcal /3.0g	ホッケの塩焼き 白菜とツナの煮浸し ご飯 スープ デザート 592kcal /2.9g	牛肉とピーマンの 細切り炒め しろ菜のお浸し ご飯 スープ デザート 636kcal /3.0g	カラスカレイの アーモンド焼き サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	豚の生姜焼き 山菜ナムル ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	エビチリ 小松菜のすだち和え ご飯 スープ デザート 589kcal /3.0g	チキンソテーの 胡麻ソースがけ ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替 B	シーフードピラフ れんこんの煮物 味噌汁 デザート 580kcal /3.0g	たらこ クリームスパゲティ 白菜とツナの煮浸し ふりかけご飯 スープ デザート 590kcal /3.1g	木の葉丼 しろ菜のお浸し スープ デザート 574kcal /3.0g	角煮チャーハン サイコロサラダ スープ デザート 622kcal /3.2g	味噌ラーメン 山菜ナムル ご飯 デザート 592kcal /3.2g	五目にゆうめん 小松菜のすだち和え 梅ちりめんご飯 デザート 632kcal /3.0g	鯖の竜田揚げ丼 ブロッコリーの粒マスタード和え 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替 A	穴子の天ぷら 大根のカニカマあんかけ 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	糸より鯛の酒蒸し 茄子の利休焼き ほうれん草のしらす和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	銀むつの漬け焼き たけのことさつま揚げの煮物 めかぶと胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	平目のムニエル キャベツと桜海老の炒め物 南瓜とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g	ぶりの有馬山椒煮 牛肉とごぼうの炒め物 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	銀鮭の塩焼き 揚げ出し豆腐 ★筍とイカの木の芽味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	鯖のうに味噌焼き さつま芋のオーブン焼き 大根とツナのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替 B	地鶏と海老の ホイル包み 大根のカニカマあんかけ 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	牛ヒレステーキ 茄子の利休焼き ほうれん草のしらす和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	豚肉の しそチーズ巻きフライ たけのことさつま揚げの煮物 めかぶと胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	牛肉のすき煮 キャベツと桜海老の炒め物 南瓜とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	鶏肉の 香草パン粉焼き 牛肉とごぼうの炒め物 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	豚肉と白菜の生姜煮 揚げ出し豆腐 ★筍とイカの木の芽味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	ビーフ カレーライス さつま芋のオーブン焼き 大根とツナのサラダ 福神漬け 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 4月6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