



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  
4月26日(月)～5月2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。

	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	1日(土)	2日(日)
朝食	和食 ミニおでん キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /2.8g	さばのみりん干し 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 502kcal /3.0g	高野豆腐の 炊き合わせ ブロッコリーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /2.8g	おにぎり(おかか・梅) お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 498kcal /2.9g	明太だし巻き玉子 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 484kcal /3.0g	焼きししゃもと 笹かまぼこ たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.0g	ツナと野菜の炒め物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 486kcal /3.0g
	洋食 エビマヨと温野菜 豆腐サラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	ベーコンエッグ 野菜炒め パン ミルク デザート 515kcal /3.0g	ホットサンド 具沢山コーンスープ ミルク デザート 511kcal /3.0g	茶美豚のバジルと チーズのソーセージ しる菜のソテー パン ミルク デザート 502kcal /2.9g	小倉トースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 512kcal /3.3g	ハムソテーと ミニグラタン 胡瓜のマリネ パン ミルク デザート 530kcal /3.0g	スパニッシュオムレツ コーンサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A カラスカレイのグリル アーモンドソース もやしと胡瓜の中華和え ご飯 スープ デザート 597kcal /3.0g	豚肉のみぞれ煮 長芋の山葵和え ご飯 味噌汁 デザート 601kcal /2.9g	とろあじの山椒煮 ハムとキャベツのサラダ ご飯 スープ デザート 584kcal /3.0g	茄子とひき肉の 味噌炒め カリフラワーとカニカマの甘酢和え ご飯 スープ デザート 603kcal /3.0g	鯖の塩焼き 山菜ナムル ご飯 味噌汁 デザート 578kcal /3.0g	鶏肉のピカタ オクラの和え物 ご飯 味噌汁 デザート 599kcal /3.0g	ホッケの開き 蒸し鶏といんげんのごまだれ和え ご飯 味噌汁 デザート 578kcal /3.0g
	日替B ナポリタン スパゲティ もやしと胡瓜の中華和え ふりかけご飯 スープ デザート 621kcal /3.0g	昆布そば 長芋の山葵和え かやくご飯 デザート 610kcal /3.1g	オムライス ハムとキャベツのサラダ スープ デザート 613kcal /3.0g	鮭とコーンのピラフ カリフラワーとカニカマの甘酢和え スープ デザート 588kcal /3.2g	★鶏天うどん 山菜ナムル ゆかりご飯 デザート 604kcal /3.2g	春キャベツと しらすのチャーハン オクラの和え物 味噌汁 デザート 592kcal /3.0g	ビビンバ丼 蒸し鶏といんげんのごまだれ和え 味噌汁 デザート 611kcal /3.1g
夕食	日替A すずきの竜田揚げ 和風きのこあんかけ 小松菜のじゃこ炒め 新玉ねぎのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 706kcal /3.0g	糸より鯛の 地中海煮込み 鶏肉と切干大根の煮物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 668kcal /3.0g	鯖の塩麴焼き 五彩蒸しの銀あんかけ 柚子白菜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	銀むつ西京焼き 若ごぼうの煮物 玉子豆腐 ★豆ご飯 すまし汁 漬物 デザート 669kcal /2.9g	鯛の荒煮(カマ・身) 厚揚げのオイスター炒め ゆでスナップエンドウ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.0g	ぶりの照り焼き 牛すじとこんにやくの土手煮 茄子と茗荷のポン酢和え 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 695kcal /2.9g	大鱈の菜種焼き わかさぎの南蛮漬け せりの白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g
	日替B 地鶏の二種焼き (柚子胡椒・タレ) 小松菜のじゃこ炒め 新玉ねぎのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674kcal /3.0g	牛肉の柳川煮 鶏肉と切干大根の煮物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695kcal /3.0g	豚カツ 五彩蒸しの銀あんかけ 柚子白菜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	蒸し鶏のピリ辛 胡麻ソースがけ 若ごぼうの煮物 玉子豆腐 ★豆ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	ビーフシチュー 厚揚げのオイスター炒め ゆでスナップエンドウ ご飯 漬物 デザート 705kcal /3.0g	豚肉とイカの中華炒 め 牛すじとこんにやくの土手煮 茄子と茗荷のポン酢和え 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 692kcal /3.1g	牛肉と野菜の旨煮 わかさぎの南蛮漬け せりの白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /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20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