



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!

パストラルル尼崎

4月5日(月)～4月11日(日)

		5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)
朝食	和食	肉団子の旨煮 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 499kcal / 2.8g	焼きししゃもと 笹かまぼこ カリフラワーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal / 3.0g	五彩蒸しの炊き合わせ トマトの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal / 2.8g	だし巻き玉子 オクラのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal / 2.9g	具沢山豚汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 489kcal / 3.0g	高野豆腐の玉子とじ たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 498kcal / 3.0g	高菜粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 479kcal / 3.0g
	洋食	ロールパンサンド 具沢山ポトフ ミルク デザート 523kcal / 3.0g	ロールキャベツの トマト煮 カリフラワーのサラダ パン ミルク デザート 517kcal / 3.0g	海老と野菜のソテー トマトのマリネ パン ミルク デザート 514kcal / 3.0g	クリームパンと チョコレートパン ウインナーのミネストローネ ミルク デザート 522kcal / 2.9g	ミニグラタンと 温野菜 青梗菜としめじのソテー パン ミルク デザート 489kcal / 3.0g	魚介のクリーム煮 グリーンサラダ パン ミルク デザート 489kcal / 3.0g	ベーコンとブロッコリー の玉子炒め オニオンサラダ パン ミルク デザート 518kcal / 3.0g
昼食	日替A	鯖の生姜煮 ごぼうサラダ ご飯 味噌汁 デザート 588kcal / 3.0g	豚肉のニラもやし炒め ほうれん草と蒸し鶏ゴマダレ和え ご飯 味噌汁 デザート 601kcal / 2.9g	とろあじのもろみ焼き レタスとみかんのサラダ ご飯 スープ デザート 596kcal / 3.0g	鶏肉の照り焼き 長芋の山葵和え ご飯 味噌汁 デザート 599kcal / 3.0g	つばすの漬け焼き ピクルス盛り合わせ ご飯 味噌汁 デザート 612kcal / 3.0g	牛肉とキャベツの 旨塩炒め 切干大根 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal / 3.0g	ぶりカマの塩焼き たけのこの土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 562kcal / 3.0g
	日替B	キムチチャーハン ごぼうサラダ 味噌汁 デザート 590kcal / 3.0g	昆布そば ほうれん草と蒸し鶏ゴマダレ和え 梅ちりめんご飯 デザート 590kcal / 3.1g	桜海老と菜の花の ペペロンチーノ レタスとみかんのサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 623kcal / 3.0g	助六寿司 長芋の山葵和え 味噌汁 デザート 592kcal / 3.2g	ハヤシライス ピクルス盛り合わせ 福神漬け デザート 622kcal / 3.2g	イカ天うどん 切干大根 ゆかりご飯 デザート 632kcal / 3.0g	ちゃんぽん麺 たけのこの土佐煮 ご飯 デザート 631kcal / 3.1g
夕食	日替A	ぶりの照り焼き 里芋と生麩の田楽 スモークサーモンのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	糸より鯛の ハーブソルト焼き 豚肉とひじきの煮物 温玉とろろ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 649kcal / 3.0g	すずきの天ぷら ピーマンのちりめん山椒炒め 刺身こんにやく梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 721kcal / 3.0g	赤カレイの実山椒煮 キャベツの肉味噌炒め 春菊のみぞれ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal / 2.9g	海老カツとじ丼 さつま芋の甘煮 もやしと中華くらげの和え物 味噌汁 漬物 デザート 722kcal / 3.0g	鯛の煮付け アスパラと小柱のソテー しろなのなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal / 2.9g	鯖の幽庵焼き れんこんとこんにやくの甘辛炒め たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674kcal / 3.0g
	日替B	赤鶏とカシューナッツ の甘辛炒め 里芋と生麩の田楽 スモークサーモンのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690kcal / 3.1g	牛肉の朴葉焼き 豚肉とひじきの煮物 温玉とろろ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal / 3.0g	豚肉と野菜の 豆乳煮込み ピーマンのちりめん山椒炒め 刺身こんにやく梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 687kcal / 3.0g	おでん(鍋) キャベツの肉味噌炒め 春菊のみぞれ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal / 3.1g	地鶏の葱塩焼き さつま芋の甘煮 もやしと中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 676kcal / 3.0g	黒豚のステーキ アスパラと小柱のソテー しろなのなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal / 3.1g	牛肉の 赤ワイン煮込み れんこんとこんにやくの甘辛炒め たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 701kcal / 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30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**