



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

5月31日(月)～6月6日(日)

		31日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
朝食	和食	生姜天と野菜の炊き合わせ 青梗菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 494kcal / 2.8g	ロールキャベツの旨煮 ブロッコリーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal / 3.0g	ツナと野菜の炒め物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal / 2.8g	おにぎり(鮭・梅) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 2.9g	厚揚げの煮物 たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g	だし巻き玉子 蒟蒻の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal / 3.0g	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 / 3.0g
	洋食	ハムとじゃが芋のマヨ焼き 青梗菜のソテー パン ミルク デザート 522kcal / 3.0g	ウインナーとほうれん草の玉子炒め ブロッコリーのサラダ パン ミルク デザート 504kcal / 3.0g	ホットサンド 具沢山ポトフ ミルク デザート 510kcal / 3.0g	茶美豚のバジルとチーズのソーセージ オニオンサラダ パン ミルク デザート 512kcal / 2.9g	スクランブルとチキンナゲット グリーンサラダ パン ミルク デザート 532kcal / 3.3g	小倉トースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 510kcal / 3.0g	海老と野菜のソテー シーザーサラダ パン ミルク デザート 498kcal / 3.0g
昼食	日替A	豚肉豆腐 ピーマンの炒め物 ご飯 赤だし デザート 603kcal / 3.0g	ホッケの開き れんこんの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 592kcal / 2.9g	鶏のつくね焼き 竹輪のいそべ揚げ ご飯 味噌汁 デザート 586kcal / 3.0g	鯖の塩焼き 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート 575kcal / 3.0g	牛肉の甘辛煮 ごぼうサラダ ご飯 スープ デザート 592kcal / 3.0g	つばすの梅煮 白菜とリンゴのサラダ ご飯 スープ デザート 589kcal / 3.0g	豚肉のニラもやし炒め インゲンのごまだれ和え ご飯 味噌汁 デザート 588kcal / 3.0g
	日替B	梅としらすの混ぜ寿司 ピーマンの炒め物 赤だし デザート 580kcal / 3.0g	高菜チャーハン れんこんの煮物 味噌汁 デザート 590kcal / 3.1g	柚子おぼろ昆布そば 竹輪のいそべ揚げ 炊き込みご飯 デザート 573kcal / 3.0g	焼き豚温玉丼 人参しりしり 味噌汁 デザート 611kcal / 3.2g	ベーコンとキャベツのペペロンチーノ ごぼうサラダ ご飯 スープ デザート 610kcal / 3.2g	オムライス 白菜とリンゴのサラダ スープ デザート 601kcal / 3.0g	ぶっかけうどん(冷) インゲンのごまだれ和え 高菜ご飯 デザート 586kcal / 3.1g
夕食	日替A	平目のレモン蒸し 鶏肉と切干大根の煮物 オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal / 3.0g	かんぱちの煮付け イカときのこの塩炒め 南瓜と枝豆のサラダ 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	すずきの塩麴焼き ニラ玉 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal / 3.0g	真アジフライとエビフライ 大根のカニカマあんかけ しろ菜のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 724kcal / 2.9g	ぶりの照り焼き 信田巻きの炊き合わせ スナップエンドウのツナマヨ和え 味噌汁 漬物 デザート 667kcal / 3.0g	鯛の荒煮(身・カマ) 茄子にしん 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal / 2.9g	銀鮭の塩焼き 小芋とたこの煮物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal / 3.0g
	日替B	牛肉と海鮮のスタミナ炒め 鶏肉と切干大根の煮物 オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal / 3.1g	豚カツおろしポン酢添え イカときのこの塩炒め 南瓜と枝豆のサラダ 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 715kcal / 3.0g	ビーフシチュー ニラ玉 冷やしトマト ご飯 漬物 デザート 694kcal / 3.0g	鶏肉の山椒味噌焼き 大根のカニカマあんかけ しろ菜のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal / 3.1g	豚肉と温野菜の胡麻ソース 信田巻きの炊き合わせ 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 689kcal / 3.0g	牛肉のアスパラ巻き 茄子にしん 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal / 3.1g	鶏唐揚げと夏野菜の甘酢あんがけ 小芋とたこの煮物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 726kcal / 3.2g

その他 アラカルトをご用意いたしております。

食事予約票は 5月25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

