



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

6月21日(月)～6月27日(日)

		21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)
朝食	和食	具沢山豚汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 478kcal /2.9g	いわしつみれの煮物 インゲンのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 483kcal /3.0g	鶏肉と高菜の炒め物 鶏の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.0g	貝柱と三つ葉の 玉子とじ 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 491kcal /2.9g	赤魚の煮付け もやし和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473kcal /3.0g	玉子粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /3.0g	五彩蒸しの炊き合わせ 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /3.0g
	洋食	魚介のクリーム煮 イタリアンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	オムレツ インゲンのソテー パン ミルク デザート 498kcal /3.0g	ホットケーキ 具沢山ポトフ ミルク デザート 516kcal /3.0g	ベーコンソテーと ミニグラタン ブロッコリーのサラダ パン ミルク デザート 521kcal /2.9g	ウインナーの 粒マスタード炒め 豆腐サラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.3g	ロールキャベツの トマト煮 コーンサラダ パン ミルク デザート 513kcal /3.0g	サンドイッチ 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 488kcal /3.0g
昼食	日替A	ぶりかまの塩焼き 山菜ナムル ご飯 味噌汁 デザート 591kcal /3.0g	タンドリーチキン れんこんのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 578kcal /2.9g	サバの味噌煮 切干大根 ご飯 スープ デザート 577kcal /3.0g	コロケ2種盛り しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 613kcal /3.0g	つばすの生姜煮 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート 568kcal /3.0g	肉じゃが キャベツの胡麻和え ご飯 スープ デザート 598kcal /3.0g	ほっけの塩焼き なめこおろし添え レタスとミカンのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 571kcal /3.0g
	日替B	梅わかめうどん 山菜ナムル 炊き込みご飯 デザート 577kcal /3.0g	お好み焼き れんこんのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.1g	キムチチャーハン 切干大根 スープ デザート 571kcal /3.0g	冷やしぶっかけ そうめん しる菜のお浸し ゆかりご飯 デザート 578kcal /3.1g	ハヤシライス 春雨サラダ 福神漬け デザート 602kcal /3.0g	明太クリーム スパゲティ キャベツの胡麻和え ふりかけご飯 スープ デザート 587kcal /3.0g	葱塩温玉豚丼 レタスとミカンのサラダ 味噌汁 デザート 581kcal /3.1g
夕食	日替A	鱈の酒粕漬け焼き 牛肉とごぼうの炒め物 春菊とカニカマのみぞれがけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	糸より鯛と帆立の トマトソース煮 きのこコーンのバター炒め タケノコのおかか和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 679kcal /3.0g	かんぱちの照り焼き あったかポテトサラダ 小松菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.0g	鯛のおろし煮 焼き厚揚げ 胡瓜の梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.0g	★海老と野菜の天ぷら チリソース添え イカと大根の煮物 刺身こんにやく酢味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 717kcal /3.1g	銀むつの西京焼き ゴーヤチャンプル 柚子白菜 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal /2.9g	平目のバター醤油焼き 茄子の肉味噌炒め トマトの三杯酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g
	日替B	鶏カツの玉子とじ 牛肉とごぼうの炒め物 春菊とカニカマのみぞれがけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 718kcal /3.1g	牛肉と夏野菜の 朴葉味噌焼き きのこコーンのバター炒め タケノコのおかか和え 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 あったかポテトサラダ 小松菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g	牛肉と野菜の 五目炒め 焼き厚揚げ 胡瓜の梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g	鶏肉の塩麴焼き イカと大根の煮物 刺身こんにやく酢味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 676kcal /3.0g	★茶美豚のステーキ 山葵ソース ゴーヤチャンプル 柚子白菜 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690kcal /3.1g	牛肉のすき煮 茄子の肉味噌炒め トマトの三杯酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 689kcal /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 6月15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

