



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

7月5日(月)～7月11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。

		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	竹輪と野菜の炒り煮 インゲンの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /2.9g	高野豆腐の玉子とじ 青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 488kcal /2.8g	麦とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.9g	ロールキャベツの旨煮 たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /2.8g	目玉焼きと粉ふき芋 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.0g	信田巻きと野菜の 炊き合わせ ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.0g	ごぼ天の煮もの 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480kcal /2.9g
	洋食	ハムとじゃが芋の マヨ焼き イタリアンサラダ パン ミルク デザート 525kcal /3.0g	ホットサンド 具沢山クリームスープ ミルク デザート 514kcal /3.0g	ミートボールと野菜 のトマト煮 コーンサラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.0g	鱈のタルタル焼き 胡瓜のマリネ パン ミルク デザート 511kcal /2.9g	小倉トースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 489kcal /2.9g	ウイナーと 野菜のソテー グリーンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	エビマヨと温野菜 海藻サラダ パン ミルク デザート 508kcal /3.0g
昼食	日替A	牛肉とピーマンの 細切り炒め カリフラワーとカニカマの甘酢和え ご飯 味噌汁 デザート 601kcal /3.0g	ほっけの開き 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /2.9g	鶏肉のくわ焼き 人参しりしり ご飯 スープ デザート 592kcal /3.0g	鯖の漬け焼き 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 587kcal /3.0g	鶏肉の治部煮 しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 588kcal /3.0g	とろあじの梅煮 ごぼうサラダ ご飯 スープ デザート 597kcal /3.0g	麻婆茄子 ピクルス漬け ご飯 スープ デザート 588kcal /3.0g
	日替B	すだちそば(冷) カリフラワーとカニカマの甘酢和え 高菜ご飯 デザート 571kcal /3.0g	ビビンバ丼 春雨サラダ 味噌汁 デザート 614kcal /3.1g	皿うどん 人参しりしり ご飯 スープ デザート 588kcal /3.0g	★豚肉の葱塩 チャーハン 五目煮豆 味噌汁 デザート 597kcal /3.1g	助六寿司 しる菜のお浸し 味噌汁 デザート 601kcal /3.0g	ベーコンと野菜の クリームスパゲティ ごぼうサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 619kcal /3.0g	野菜たっぷり 塩ラーメン ピクルス漬け ご飯 デザート 604kcal /3.0g
夕食	日替A	鯛の煮付け イカときのこの塩炒め 柚子白菜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g	イサキと帆立の 白ワイン蒸し かぼちやの煮物 ★ゴーヤとツナのマヨサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	七夕御膳 七夕そうめん ミニ天ぷら	平目のムニエル バジルソース 万願寺のちりめん山椒炒め ★オクラと長芋のとんぶり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /2.9g	銀むつの漬け焼き 厚揚げのオイスター炒め 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 671kcal /3.0g	糸より鯛の ハーブソルト焼き 豚肉と大根の柚子胡椒煮 ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	ぶりの照り焼き ニラ玉 冷奴 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.0g
	日替B	鶏肉のグリル 梅おろし添え イカときのこの塩炒め 柚子白菜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.0g	牛肉の ミルフィーユカツ かぼちやの煮物 ★ゴーヤとツナのマヨサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715kcal /3.0g	たこと夏野菜の酢の物 焼き魚 ゆかりご飯 漬物 デザート 710kcal /3.1g	牛肉と野菜の旨煮 万願寺のちりめん山椒炒め ★オクラと長芋のとんぶり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.0g	豚肉と白菜の 葱生姜煮 厚揚げのオイスター炒め 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	ローストビーフ 豚肉と大根の柚子胡椒煮 ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.1g	鶏唐揚げと夏野菜の 甘酢あんかけ ニラ玉 冷奴 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 717kcal /3.1g

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 6月29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