



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!

パストラルール尼崎

6月28日(月)～7月4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。

		28日(月)	29日(火)	30日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
朝食	和食	焼きししゃもと 笹かまぼこ ピーマンの炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /2.8g	おにぎり (梅・おかか) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 487kcal /3.0g	だし巻き玉子 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.8g	厚揚げの煮物 トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /2.9g	さばみりん干し もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 467kcal /3.0g	ごぼ天の旨煮 キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	千草玉子 じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 491kcal /3.0g
	洋食	ウインナーと野菜の カレー炒め コールスローサラダ パン ミルク デザート 520kcal /3.0g	南瓜と貝柱の クリーム煮 青梗菜のソテー パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	シュガーバタートース ト 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 511kcal /3.0g	ベーコンとブロッコリー の玉子炒め トマトサラダ パン ミルク デザート 515kcal /2.9g	ホットドック 具沢山コーンスープ ミルク デザート 521kcal /3.3g	スクランブルエッグと チキンナゲット シーザーサラダ パン ミルク デザート 514kcal /3.0g	茶美豚のバジルと チーズのソーセージ マカロニサラダ パン ミルク デザート 496kcal /3.0g
昼食	日替 A	幕の内弁当 焼き魚 炊き合わせ	豚肉と野菜の 甘辛炒め インゲンと蒸し鶏のごま和え ご飯 味噌汁 デザート 588kcal /2.9g	とろあじの 梅しそ焼き サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 588kcal /3.0g	チキン南蛮 ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 608kcal /3.0g	つばすの煮付け ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 581kcal /3.0g	牛肉豆腐 オクラの梅おかか和え ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	カラスカレイの 竜田揚げ もやしナムル ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g
	日替 B	ミニ天ぷら 玉子焼き お浸し ご飯 味噌汁 デザート 621kcal /3.1g	★味噌バターコーン ラーメン インゲンと蒸し鶏のごま和え ご飯 デザート 607kcal /3.1g	茄子のミートソース スパゲティ サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 610kcal /3.0g	かつおの漬け丼 ひじきの煮物 味噌汁 デザート 589kcal /3.2g	焼きそば ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /3.2g	エビピラフ オクラの梅おかか和え 味噌汁 デザート 578kcal /3.0g	高菜そぼろ丼 もやしナムル 味噌汁 デザート 598kcal /3.1g
夕食	日替 A	鰯の酒蒸し 卵の花 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 671kcal /3.0g	鮭のちゃんちゃん焼き 七彩ひろうすの煮物 茄子と茗荷のポン酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /3.0g	マグロフライ 万願寺唐辛子の焼き浸し わけぎとイカの酢味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	鯛のグリル トマトソースがけ タケノコとさつま揚げの煮物 カニ身とワカメの甘酢和え 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /2.9g	鰻の散らし寿司 そぼろ肉じゃが ゆでほうれん草 赤だし 漬物 デザート 685kcal /3.0g	ぶり大根 ズッキーニと小柱のバターソテー 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 676kcal /2.9g	すずきの幽庵焼き 冬瓜の生姜あんかけ スモークサーモンのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /3.0g
	日替 B	豚肉とイカの中華炒 め 卵の花 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686kcal /3.1g	牛肉の柳川煮 七彩ひろうすの煮物 茄子と茗荷のポン酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g	地鶏のホイル包み 万願寺唐辛子の焼き浸し わけぎとイカの酢味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 672kcal /3.0g	牛肉の冷しゃぶ タケノコとさつま揚げの煮物 カニ身とワカメの甘酢和え 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.1g	地鶏の二種焼き (タレ・柚子胡椒) そぼろ肉じゃが ゆでほうれん草 ご飯 赤だし 漬物 デザート 677kcal /3.0g	豚肉の有馬焼き ズッキーニと小柱のバターソテー 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.1g	牛肉の 赤ワイン煮込み 冬瓜の生姜あんかけ スモークサーモンのマリネ 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 6月22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