



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strール尼崎

7月26日(月)～8月1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。

		26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	1日(日)
朝食	和食	茶粥 お葱菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 472kcal / 2.8g	千草玉子 カリフラワーの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal / 3.0g	高野豆腐の 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 467kcal / 2.8g	焼きししゃもと 笹かまぼこ 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 2.9g	おにぎり(梅・おかか) 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g	厚揚げの煮物 キャベツの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal / 3.0g	筑前煮 ピーマンのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g
	洋食	オムレツ イタリアンサラダ パン ミルク デザート 501kcal / 3.0g	鱈のカレー焼き カリフラワーのサラダ パン ミルク デザート 503kcal / 3.0g	ウインナーと ジャーマンポテト 青梗菜とコーンのソテー パン ミルク デザート 513kcal / 3.0g	ホットケーキ 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 515kcal / 2.9g	ミニハンバーグと 温野菜 枝豆サラダ パン ミルク デザート 521kcal / 3.0g	ベーコンと ブロッコリーの卵炒め オニオンサラダ パン ミルク デザート 512kcal / 3.0g	サンドイッチ 具沢山クリームスープ ミルク デザート 501kcal / 3.0g
昼食	日替A	とろあじの梅煮 春雨の中華サラダ ご飯 味噌汁 デザート 583kcal / 3.0g	鶏のつくね焼き きのこのごまだれ和え ご飯 味噌汁 デザート 589kcal / 2.9g	つばすの山椒煮 ハムとキャベツコールスローサラダ ご飯 味噌汁 デザート 605kcal / 3.0g	肉じゃが 春菊のお浸し ご飯 スープ デザート 621kcal / 3.0g	さばの漬け焼き 焼きビーフン ご飯 味噌汁 デザート 582kcal / 3.0g	八宝菜 れんこんの金平 ご飯 スープ デザート 588kcal / 3.1g	カラスカレイの パン粉焼き レタスとミカンのサラダ ご飯 スープ デザート 562kcal / 3.0g
	日替B	キムチ チャーハン 春雨の中華サラダ 味噌汁 デザート 572kcal / 3.0g	きつねうどん きのこのごまだれ和え 高菜ご飯 デザート 581kcal / 3.0g	三色丼 ハムとキャベツコールスローサラダ 味噌汁 デザート 585kcal / 3.0g	たらこクリーム スパゲティ 春菊のお浸し ふりかけご飯 スープ デザート 625kcal / 3.1g	天津飯 焼きビーフン 味噌汁 デザート 595kcal / 3.0g	ぶっかけ薬味そうめん れんこんの金平 炊き込みご飯 デザート 592kcal / 3.0g	ハヤシライス レタスとミカンのサラダ 福神漬け デザート 611kcal / 3.0g
夕食	日替A	平目のバター醤油焼 き ふろふき大根 玉子豆腐 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 687kcal / 3.0g	ぶりの煮付け 卵の花 刺身こんにゃく梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal / 3.0g	松花堂 7月19日(月)に 掲示いたします。	銀むつの西京焼き 海鮮チヂミ 長芋短冊 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 681kcal / 2.8g	メバルの唐揚げ 葱ソースがけ ゴーヤチャンプル トマトの三杯酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 722kcal / 3.1g	銀鮭の塩焼き 牛すじとこんにゃくの土手煮 白菜と胡瓜の浅漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	鯛の照り煮 小海老と枝豆の玉子とじ ゆでほうれん草 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal / 3.0g
	日替B	ビーフシチュー ふろふき大根 玉子豆腐 ご飯 漬物 デザート 699kcal / 3.1g	黒酢豚 卵の花 刺身こんにゃく梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal / 3.0g		蒸し鶏と夏野菜の ピリ辛胡麻ソース 海鮮チヂミ 長芋短冊 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	牛肉のすき煮 ゴーヤチャンプル トマトの三杯酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal / 3.0g	★鶏ささみの天ぷら 梅肉おろし添え 牛すじとこんにゃくの土手煮 白菜と胡瓜の浅漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal / 3.0g	イベリコ豚のステーキ 小海老と枝豆の玉子とじ ゆでほうれん草 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 709kcal / 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 7月20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