



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

8月2日(月)～8月8日(日)

		2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)
朝食	和食	<b>麦とろろご飯</b> おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 475kcal /2.9g	<b>だし巻き玉子</b> じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	<b>ロールキャベツの旨煮</b> トマトの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.9g	<b>具沢山豚汁</b> お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 487kcal /3.0g	<b>生姜天と野菜の炊き合わせ</b> ブロッコリーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	<b>ツナと野菜の炒め物</b> インゲンの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /2.9g	<b>さばみりん干し</b> 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	<b>ミートボールのコンソメ煮</b> シーザーサラダ パン ミルク デザート 489kcal /3.0g	<b>シュガーバタートースト</b> 具沢山ポトフ ミルク デザート 501kcal /2.9g	<b>カニカマ入りスクランブルエッグ</b> トマトサラダ パン ミルク デザート 515kcal /3.0g	<b>ウインナーの粒マスタード炒め</b> コールスローサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	<b>ホットドック</b> 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 506kcal /3.1g	<b>ベーコンエッグ</b> インゲンのバターソテー パン ミルク デザート 515kcal /3.0g	<b>ハムとじゃが芋のマヨ焼き</b> 豆腐サラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	<b>豚肉と野菜の甘辛炒め</b> タケノコの土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /2.9g	<b>ほっけの塩焼きなめこおろし添え</b> ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 588kcal /2.8g	<b>鶏肉の唐揚げ</b> 柚子白菜 ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.0g	<b>さばの味噌煮</b> ピーマンの炒め物 ご飯 すまし汁 デザート 588kcal /3.0g	<b>麻婆豆腐</b> さつま芋のサイコロサラダ ご飯 スープ デザート 602kcal /3.1g	<b>カレイとごぼうの煮物(骨付き)</b> ほうれん草のごまだれ和え ご飯 味噌汁 デザート 571kcal /3.0g	<b>豚肉のみぞれ煮</b> 温野菜サラダ ご飯 味噌汁 デザート 575kcal /3.0g
	日替B	<b>ぶっかけ梅わかめうどん(冷)</b> タケノコの土佐煮 菜飯 デザート 561kcal /3.0g	<b>お好み焼き</b> ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	<b>かつおの漬け丼</b> 柚子白菜 味噌汁 デザート 569kcal /3.1g	<b>湯葉のあんかけそば</b> ピーマンの炒め物 梅ちりめんご飯 デザート 599kcal /3.0g	<b>ツナとトマトの冷製パスタ</b> さつま芋のサイコロサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 591kcal /3.0g	<b>焼肉チャーハン</b> ほうれん草のごまだれ和え 味噌汁 デザート 578kcal /3.0g	<b>海鮮焼きそば</b> 温野菜サラダ ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /3.1g
夕食	日替A	<b>マグロフライ</b> ふくさ焼きの甘酢あんかけ オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /2.9g	<b>鰻の三色丼</b> イカと大根の煮物 ★とんぶりのせ冷奴 赤だし 漬物 デザート 692kcal /3.0g	<b>ぶりの照り焼き</b> 南瓜のいとこ煮 しめじと小海老のポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 661kcal /2.9g	<b>糸より鯛のトマトソース煮</b> 焼き厚揚げ たことワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	<b>海老と野菜の天ぷら</b> 小松菜とじゃこの炒め物 三色なます ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /3.1g	<b>銀鮭の西京焼き</b> 七彩ひろうすの煮物 ★ゴーヤとダイスチーズのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	<b>かんぱちの煮付け</b> 茶碗蒸し 胡瓜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 677kcal /2.8g
	日替B	<b>牛肉と夏野菜の朴葉味噌焼き</b> ふくさ焼きの甘酢あんかけ オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	<b>地鶏と帆立のホイル包み</b> イカと大根の煮物 ★とんぶりのせ冷奴 ご飯 赤だし 漬物 デザート 678kcal /2.9g	<b>豚肉の柳川煮</b> 南瓜のいとこ煮 しめじと小海老のポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 692kcal /3.0g	<b>牛肉の冷しゃぶ胡麻ソース</b> 焼き厚揚げ たことワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /2.9g	<b>鶏肉の酒粕漬け焼き</b> 小松菜とじゃこの炒め物 三色なます ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /3.0g	<b>茶美豚ローズの生姜焼き</b> 七彩ひろうすの煮物 ★ゴーヤとダイスチーズのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g	<b>牛肉と野菜の五目炒め</b> 茶碗蒸し 胡瓜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.0g

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27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

