



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23日(月)～8月29日(日)

		23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝食	和食	茶粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.8g	巣ごもり卵のあんかけ ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	鶏肉と高菜の炒め物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.9g	厚揚げの煮物 たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 488kcal /3.0g	干草玉子 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.0g	焼きししゃもと 笹かまぼこ 蒟蒻の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 463kcal /3.0g	高野豆腐の 炊き合わせ 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.0g
	洋食	豚肉と大豆のトマト煮 シーザーサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.0g	ウインナーと ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 514kcal /3.0g	ロールパンサンド 具沢山クリームスープ ミルク デザート 512kcal /3.0g	チーズオムレツ グリーンサラダ パン ミルク デザート 502kcal /2.9g	ベーコン野菜ソテーと ハッシュドポテト 海藻サラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.0g	クリームパンと チョコレートパン 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 513kcal /3.0g	エビマヨと温野菜 オニオンサラダ パン ミルク デザート 508kcal /3.0g
昼食	日替A	つばすの山椒煮 白菜の浅漬け ご飯 味噌汁 デザート 569kcal /3.0g	豚肉のみぞれ煮 さつまいもと枝豆のサラダ ご飯 スープ デザート 582kcal /3.0g	あじー匹塩焼き れんこんの金平 ご飯 味噌汁 デザート 599kcal /3.1g	鶏肉と野菜の ポン酢蒸し コールスローサラダ ご飯 スープ デザート 572kcal /3.0g	カラスカレイの アーモンド焼き 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート 587kcal /3.0g	牛肉とキャベツの 旨塩炒め 里芋の唐揚げ ご飯 味噌汁 デザート 591kcal /3.0g	さばの漬け焼き インゲンのごまだれ和え ご飯 味噌汁 デザート 583kcal /3.1g
	日替B	★ツナの冷や汁 そうめん 白菜の浅漬け ゆかりご飯 デザート 561kcal /3.0g	オムライス さつまいもと枝豆のサラダ スープ デザート 621kcal /3.0g	カレーピラフ れんこんの金平 味噌汁 デザート 575kcal /3.0g	ナポリタンスパゲティ コールスローサラダ ご飯 スープ デザート 617kcal /3.0g	明太しらす丼 春雨サラダ 味噌汁 デザート 582kcal /3.0g	きつねうどん 里芋の唐揚げ 炊き込みご飯 デザート 585kcal /3.0g	三色丼 インゲンのごまだれ和え 味噌汁 デザート 591kcal /3.0g
夕食	日替A	銀むつの西京焼き 南瓜の煮物 小海老と小松菜のポン酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g	鯛の塩焼き ふろふき大根 わかさぎの南蛮漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /3.0g	海老カツとじ丼 若竹煮 もやしと中華くらの和え物 味噌汁 漬物 デザート 714kcal /3.1g	ぶりの煮付け きのこコーンのバター炒め パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686kcal /3.0g	松花堂	鮭とイクラの混ぜ寿司 豚じゃが煮 柚子白菜 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	すずきのあられ揚げ 卵の花 刺身こんにゃく梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.0g
	日替B	焼きトマトとチキンの グラタン 南瓜の煮物 小海老と小松菜のポン酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 692kcal /3.0g	牛肉のアスパラ巻き ふろふき大根 わかさぎの南蛮漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 695kcal /3.1g	豚肉と白菜の 葱生姜煮 若竹煮 もやしと中華くらの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	おろしポン酢 ハンバーグ きのこコーンのバター炒め パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	8月16日(月)に 掲示いたします。	鶏肉の山椒味噌焼き 豚じゃが煮 柚子白菜 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 677kcal /3.0g	豚の角煮 卵の花 刺身こんにゃく梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /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 8月17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