



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9日(月)～8月15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。

		9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)
朝食	和食	玉子粥 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 474kcal /2.9g	赤魚の煮付け 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 477kcal /3.0g	信田巻きと 野菜の炊き合わせ もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.9g	目玉焼きと粉ふき芋 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	ごぼ天の煮物 キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /3.0g	豆腐のふわふわ寄せ ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.0g	蒸し鶏と三つ葉の 玉子とじ 白菜のおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	海老と野菜のソテー マカロニサラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.0g	小倉トースト 具沢山コーンスープ ミルク デザート 514kcal /3.0g	オムレツ イタリアンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	ハム野菜ソテーと ミニグラタン 海藻サラダ パン ミルク デザート 492kcal /2.9g	ホットサンド 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 521kcal /3.0g	ほうれん草と ベーコンの玉子炒め グリーンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	ウインナーとじゃがマ ヨ コーンサラダ パン ミルク デザート 493kcal /3.0g
昼食	日替A	とろあじの梅しそ焼き 落とたくあん和え物 ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	牛肉豆腐 カリフラワーの甘酢和え ご飯 スープ デザート 576kcal /3.0g	白身フライ かぼちゃと枝豆のサラダ ご飯 スープ デザート 624kcal /3.0g	ポークチャップ 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 581kcal /3.0g	つばすの生姜煮 オクラの塩昆布和え ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	鶏肉のくわ焼き ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 赤だし デザート 572kcal /3.0g	さばの塩焼き きのこポン酢 ご飯 味噌汁 デザート 577kcal /3.0g
	日替B	中華丼 落とたくあん和え物 味噌汁 デザート 579kcal /3.0g	エビピラフ カリフラワーの甘酢和え スープ デザート 586kcal /2.9g	★ピリ辛胡麻の 汁なし担々麺(冷) かぼちゃと枝豆のサラダ ご飯 スープ デザート 588kcal /3.1g	イカ天うどん 五目煮豆 高菜ご飯 デザート 602kcal /3.0g	焼き豚温玉丼 オクラの塩昆布和え 味噌汁 デザート 593kcal /3.2g	★きつね散らし寿司 ブロッコリーの粒マスタード和え 赤だし デザート 581kcal /3.0g	味噌ラーメン きのこポン酢 ご飯 デザート 581kcal /3.0g
夕食	日替A	鯛の塩焼き アスパラとベーコンのソテー 焼き茄子の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	ぶり大根 青梗菜と京揚げの煮浸し わけぎとイカの酢味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 668kcal /3.0g	平目の 香草パン粉焼き 点心盛り合わせ 小松菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.0g	銀むつの漬け焼き 茄子にしん 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g	サーモンのムニエル 大根のカニカマあんかけ 穴子と胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 671kcal /3.0g	アジと海老の フライ盛り合わせ ズッキーニと小柱のソテー 春菊の刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 721kcal /3.0g	赤カレイの煮付け 里芋のそぼろ煮 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.0g
	日替B	鶏肉の竜田揚げ ネギソース添え アスパラとベーコンのソテー 焼き茄子の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.1g	豚肉の野菜巻き 青梗菜と京揚げの煮浸し わけぎとイカの酢味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 694kcal /3.0g	牛肉と野菜の旨煮 点心盛り合わせ 小松菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 671kcal /3.0g	赤鶏と海老の カシューナッツ炒め 茄子にしん 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695kcal /3.1g	ローストビーフ 山椒ソース 大根のカニカマあんかけ 穴子と胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.0g	豚肉と野菜の 豆乳煮込み ズッキーニと小柱のソテー 春菊の刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /2.9g	牛肉と帆立の 塩炒め 里芋のそぼろ煮 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683kcal /3.0g

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 8月3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