



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

9月13日(月)～9月19日(日)

		13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)
朝食	和食	ミニおでん たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492kcal /2.9g	飛龍頭の炊き合わせ 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	さつま揚げの玉子とじ ピーマンの炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /2.8g	鶏じゃが煮 しろ菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473kcal /2.9g	あじの開き キャベツの柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.1g	いわしつみれの煮物 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.0g	おにぎり(梅・おほか) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.0g
	洋食	ウインナーと野菜のソテー 胡瓜のマリネ パン ミルク デザート 521kcal /3.0g	チーズオムレツ 野菜炒め パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	小倉トースト 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 517kcal /3.0g	茶美豚バジルとチーズのソーセージ オニオンサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g	スクランブルエッグとハッシュドポテト 枝豆サラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.0g	ホットサンド 具沢山クリームスープ ミルク デザート 515kcal /3.0g	鱈のタルタル焼き イタリアンサラダ パン ミルク デザート 513kcal /3.0g
昼食	日替A	鶏肉と野菜のポン酢蒸し ブロッコリーのツナマヨ和え ご飯 スープ デザート 567kcal /3.0g	カラスカレイのパン粉焼き 南瓜の糸昆布煮 ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /3.0g	豚肉と野菜の甘辛炒め 春雨の中華和え ご飯 味噌汁 デザート 588kcal /3.0g	さばの生姜煮 山菜ナムル ご飯 味噌汁 デザート 575kcal /3.0g	チキン南蛮 里芋の煮っころがし ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.0g	つばすの梅煮 インゲンの胡麻和え ご飯 スープ デザート 579kcal /3.0g	豚肉豆腐 れんこんサラダ ご飯 味噌汁 デザート 575kcal /3.0g
	日替B	ハヤシライス ブロッコリーのツナマヨ和え 福神漬け デザート 611kcal /3.0g	焼きそば 南瓜の糸昆布煮 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	貝柱と野菜のかき揚げ丼 春雨の中華和え 味噌汁 デザート 615kcal /3.0g	味噌ラーメン 山菜ナムル ご飯 デザート 610kcal /3.1g	しらすと野沢菜のおかかチャーハン 里芋の煮っころがし 味噌汁 デザート 573kcal /3.1g	★チーズインハンバーグのロコモコ丼 インゲンの胡麻和え スープ デザート 625kcal /3.0g	ツナとトマトの冷製パスタ れんこんサラダ ふりかけご飯 味噌汁 デザート 601kcal /3.1g
夕食	日替A	銀鮭の照り焼き 小松菜と京揚げの煮浸し カニ身とワカメの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	鯛の煮付け タケノコとイカの醤油炒め 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	ハモの柳川煮 豚肉とひじきの煮物 冷やしトマト ご飯 すまし汁 漬物 デザート 701kcal /3.0g	糸より鯛の酒蒸し 茄子にしん 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.0g	ぶりの塩焼き 大根のカニカマあんかけ 長芋短冊 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /3.0g	海老と野菜の天ぷら 牛肉とごぼうの炒め物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.1g	平目ときのこのオイル包み 点心盛り合わせ 白菜と胡瓜の浅漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 665kcal /3.0g
	日替B	豚肉のしそチーズ巻きフライ 小松菜と京揚げの煮浸し カニ身とワカメの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.1g	牛肉の冷しゃぶ タケノコとイカの醤油炒め 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g	鶏肉の利休焼き 豚肉とひじきの煮物 冷やしトマト ご飯 すまし汁 漬物 デザート 674kcal /3.0g	★牛リブローズステーキ 茄子にしん 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.0g	茶美豚の味噌ちゃんこ煮 大根のカニカマあんかけ 長芋短冊 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	地鶏のクリームシチュー 牛肉とごぼうの炒め物 ゆでほうれん草 ご飯 漬物 デザート 698kcal /3.0g	牛肉と野菜の五目炒め 点心盛り合わせ 白菜と胡瓜の浅漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /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 9月7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