



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20日(月)～9月26日(日)

		20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)	
朝食	和食	ツナと野菜の炒め物 蒾の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 487kcal /2.8g	赤魚の煮付け インゲンの黒ゴマよごし ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473kcal /2.9g	海老ときのこの 玉子とじ トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.9g	鶏肉と高菜の炒め物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	しらす粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.0g	ごぼ天の煮物 もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480kcal /3.0g	葱入りだし巻き玉子 キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	
	洋食	かぼちゃと貝柱の クリーム煮 コーンサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	ベーコンエッグ インゲンのソテー パン ミルク デザート 513kcal /3.0g	ミートボールと 野菜のソテー トマトサラダ パン ミルク デザート 507kcal /3.0g	ピザトースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 515kcal /3.0g	ウインナーと ジャーマンポテト 豆腐サラダ パン ミルク デザート 514kcal /2.9g	ツナコーン スクランブルエッグ グリーンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	クリームパンと あんぱん 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 518kcal /2.8g	
昼食	日替A	カラスカレイの ラタトゥイユ 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	鶏肉のくわ焼き オクラの塩昆布和え ご飯 味噌汁 デザート 573kcal /2.9g	さばの漬け焼き 小松菜の柚子和え ご飯 スープ デザート 571kcal /3.0g	コロケ二種盛り もやしの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.0g	ほっけの塩焼き なめこおろし添え 温野菜サラダ ご飯 スープ デザート 562kcal /3.0g	ポークチャップ タケノコの土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 586kcal /3.0g	つばすの生姜煮 ポテトサラダ ご飯 スープ デザート 568kcal /3.0g	
	日替B	焼肉チャーハン 五目煮豆 味噌汁 デザート 592kcal /3.0g	イカ天うどん オクラの塩昆布和え 菜飯 デザート 607kcal /3.0g	★豚キムチ丼 温玉のせ 小松菜の柚子和え スープ デザート 588kcal /3.1g	エビピラフ もやしの胡麻和え 味噌汁 デザート 579kcal /2.9g	ピリ辛胡麻の 汁なし担々麺(冷) 温野菜サラダ ご飯 スープ デザート 595kcal /3.1g	木の葉丼 タケノコの土佐煮 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	ナポリタンスパゲティ ポテトサラダ ご飯 スープ デザート 608kcal /3.0g	
夕食	日替A	銀鮭の塩焼き 豚肉と切干大根の煮物 焼き茄子と大葉のさっぱり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 671kcal /3.0g	糸より鯛の 白ワイン蒸し きのこコーンのバター炒め 大根とささみの梅サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 676kcal /3.0g	松花堂		ぶりの煮付け 生麩と里芋の田楽 春菊とカニカマのみぞれ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 674kcal /2.9g	鯛の有馬山椒煮 ふくさ焼きの甘酢あんかけ 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	銀むつの西京焼き 卵の花 穴子と胡瓜の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 679kcal /2.9g	エビフライ パプリカの玉子炒め ほうれん草のしらす和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 715kcal /3.1g
	日替B	鶏肉の竜田揚げ 葱塩ソース添え 豚肉と切干大根の煮物 焼き茄子と大葉のさっぱり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 703kcal /3.0g	ビーフカレーライス きのこコーンのバター炒め 大根とささみの梅サラダ 福神漬け デザート 702kcal /3.2g	9月13日(月)に 掲示いたします。		豚肉と温野菜の チーズソースかけ 生麩と里芋の田楽 春菊とカニカマのみぞれ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	ローストビーフ ふくさ焼きの甘酢あんかけ 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.0g	赤鶏の カシューナッツ炒め 卵の花 穴子と胡瓜の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690kcal /3.1g	豚肉と野菜の 豆乳煮込み パプリカの玉子炒め ほうれん草のしらす和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 684kcal /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14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