



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6日(月)～9月12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。

		6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
朝食	和食	豆腐のふわふわ寄せ 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.8g	目玉焼きと粉ふき芋 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /2.9g	ツナと野菜の炒め物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 475kcal /2.9g	生姜天と野菜の旨煮 カリフラワーの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /2.8g	信田巻きの炊き合わせ もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /3.0g	麦とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /3.0g	たらこ入りだし巻き玉子 トマトの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 477kcal /3.0g
	洋食	カニカマ入りスクランブルエッグ 海藻サラダ パン ミルク デザート 492kcal /3.0g	シュガーバタートースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 513kcal /3.0g	温野菜とミニハンバーグ コールスローサラダ パン ミルク デザート 514kcal /2.9g	ウインナーとほうれん草の玉子炒め カリフラワーサラダ パン ミルク デザート 521kcal /2.9g	ホットドック 具沢山コーンスープ ミルク デザート 528kcal /3.0g	ロールキャベツのコンソメ煮 シーザーサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	ブロッコリーとベーコンのクリーム煮 トマトサラダ パン ミルク デザート 508kcal /3.0g
昼食	日替A	カラスカレイの照り焼き ピクルス ご飯 味噌汁 デザート 581kcal /3.0g	豚肉のホイコーロー 豆サラダ ご飯 スープ デザート 601kcal /2.9g	つばすの山椒煮 小松菜のすだち和え ご飯 味噌汁 デザート 567kcal /3.0g	麻婆茄子 白菜とリンゴのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /3.0g	白身フライ 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.0g	チンジャオロース レンコンの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 577kcal /3.0g	さばの味噌煮 サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 571kcal /3.0g
	日替B	ちゃんぽん麺 ピクルス ご飯 デザート 591kcal /3.1g	明太高菜チャーハン 豆サラダ スープ デザート 583kcal /3.0g	親子丼 小松菜のすだち和え 味噌汁 デザート 584kcal /3.0g	ぶっかけうどん(冷) 白菜とリンゴのサラダ 高菜ご飯 デザート 572kcal /3.0g	柚子おぼろ昆布そば(温) 人参しりしり ゆかりご飯 デザート 581kcal /3.0g	カツオの漬け丼 レンコンの煮物 味噌汁 デザート 574kcal /3.1g	ツナとキャベツの和風スパゲティ サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 613kcal /3.0g
夕食	日替A	糸より鯛と海老のトマトソース煮 牛すじとこんにゃくの土手煮 しろ菜のなめ茸和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	平目のレモン蒸し 鶏肉ときこの炒め物 南瓜とクルミのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 661kcal /3.0g	鰯の塩麴焼き イカと冬瓜の煮物 めかぶと胡瓜の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 668kcal /3.0g	ぶり大根 チャブチェ(牛肉と春雨の炒め物) 春菊の湯葉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /2.9g	鯛のハーブソルト焼き ピーマンのちりめん山椒炒め ササミと大根の胡麻ダレ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 677kcal /3.0g	銀むつの漬け焼き 高野豆腐の玉子とじ 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 668kcal /2.9g	かんぱちの竜田揚げ 五彩蒸しの銀あんかけ イカオクラの刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 703kcal /3.1g
	日替B	鶏肉の唐揚げ野菜あんかけ 牛すじとこんにゃくの土手煮 しろ菜のなめ茸和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 721kcal /3.0g	牛肉の柳川煮 鶏肉ときこの炒め物 南瓜とクルミのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695kcal /3.0g	★味噌ダレ豚カツ イカと冬瓜の煮物 めかぶと胡瓜の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 722kcal /3.2g	鶏肉のグリル梅おろし添え チャブチェ(牛肉と春雨の炒め物) 春菊の湯葉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	牛肉と野菜の朴葉味噌焼き ピーマンのちりめん山椒炒め ササミと大根の胡麻ダレ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	イベリコ豚のステーキ 高野豆腐の玉子とじ 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.1g	牛肉のすき煮 五彩蒸しの銀あんかけ イカオクラの刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686kcal /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 8月31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