



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!

パストラール尼崎

10月18日(月)～10月24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。

| | | 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金) | 23日(土) | 24日(日) |
|----|-----|--|--|--|--|--|--|---|
| 朝食 | 和食 | 飛龍頭の煮物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.9g | 目玉焼きと じゃがバター 蒟の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473kcal /3.0g | 信田巻きの 炊き合わせ カリフラワーの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 486kcal /2.8g | おにぎり(梅・おほか) お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g | 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 467kcal /3.0g | 鶏じゃが煮 もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.0g | 葱入りだし巻き玉子 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g |
| | 洋食 | ウイナーと ジャーマンポテト グリーンサラダ パン ミルク デザート 526kcal /3.0g | ホットサンド 具沢山コーンスープ ミルク デザート 524kcal /3.0g | カニカマ入り スクランブルエッグ カリフラワーサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g | ベーコンと野菜の カレー炒め コールスローサラダ パン ミルク デザート 492kcal /3.0g | 小倉トースト 具沢山クリームスープ ミルク デザート 532kcal /3.0g | ツナコーンオムレツ 胡瓜のサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g | ミニグラタンと ハム野菜ソテー 豆腐サラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g |
| 昼食 | 日替A | 鯖の塩焼き レタスとミカンのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 579kcal /3.0g | 鶏肉と野菜の ボン酢蒸し 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /3.0g | カラスカレイの 梅しそ焼き 里芋の煮ころがし ご飯 味噌汁 デザート 584kcal /3.0g | 豚肉豆腐 ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 599kcal /3.0g | つばすの味噌煮 れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 583kcal /3.1g | 牛肉の時雨煮 南瓜の糸昆布煮 ご飯 スープ デザート 592kcal /3.0g | あじー匹塩焼き パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /3.0g |
| | 日替B | 鶏肉の照り焼き丼 温泉玉子のせ レタスとミカンのサラダ 味噌汁 デザート 594kcal /3.1g | 焼きそば 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g | 牛肉うどん(温) 里芋の煮ころがし ゆかりご飯 デザート 584kcal /3.0g | シーフードピラフ ブロッコリーの粒マスタード和え スープ デザート 582kcal /3.0g | オムライス れんこんサラダ スープ デザート 603kcal /3.1g | たらこ クリームスパゲティ 南瓜の糸昆布煮 ふりかけご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g | 豚肉と キムチのチャーハン パプリカのマリネ 味噌汁 デザート 595kcal /3.1g |
| 夕食 | 日替A | 糸より鯛と帆立の クリームシチュー アスパラとベーコンの炒め物 ゆでほうれん草 ご飯 漬物 デザート 678kcal /3.0g | ぶりの煮付け 青梗菜と京揚げの煮浸し さつま芋とクルミのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g | 銀鮭の照り焼き 揚げ出し豆腐 刺身こんにやく酢味噌かけ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g | 松花堂 10月11日(月)に 掲示いたします。 | ★鯛のパン粉焼き レモンソースがけ 豚肉と切干大根の煮物 春菊の山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g | 銀むつの西京焼き 高野豆腐の玉子とじ 白菜柚子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 682kcal /3.0g | 海老天丼 焼き茄子の銀あんかけ オクラと貝柱の和え物 すまし汁 漬物 デザート 722kcal /3.1g |
| | 日替B | 豚肉の しそチーズ巻きフライ アスパラとベーコンの炒め物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 713kcal /3.0g | 牛しゃぶと温野菜の 胡麻ソース 青梗菜と京揚げの煮浸し さつま芋とクルミのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g | 鶏肉と煮玉子の 甘辛煮 揚げ出し豆腐 刺身こんにやく酢味噌かけ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g | | 牛肉の赤ワイン煮込 み 豚肉と切干大根の煮物 春菊の山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 696kcal /3.1g | 豚肉と野菜の塩炒め 高野豆腐の玉子とじ 白菜柚子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g | 鶏肉の山椒味噌焼き 焼き茄子の銀あんかけ オクラと貝柱の和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 681kcal /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 10月12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