



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

11月29日(月)～12月5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。

		29日(月)	30日(火)	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝食	和食	ごぼ天の旨煮 玉ねぎの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 485kcal / 2.9g	鶏じゃがが煮 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal / 3.0g	麦とろろご飯 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 476kcal / 2.9g	さつま揚げときのこの 玉子とじ めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 475kcal / 3.0g	豆腐のふわふわ寄せ カリフラワーの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal / 3.0g	いわしつみれの煮物 インゲンの黒ゴマよじ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal / 3.0g	巣ごもり卵のあんかけ しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 3.0g
	洋食	ハム野菜ソテーと ハッシュドポテト イタリアンサラダ パン ミルク デザート 512kcal / 3.0g	ツナコーン スクランブルエッグ 海藻サラダ パン ミルク デザート 503kcal / 3.0g	マカロニ入り ミネストローネ ほうれん草とコーンのソテー パン ミルク デザート 516kcal / 3.0g	あんぱんと クリームパン 具沢山クリームスープ ミルク デザート 522kcal / 3.0g	ウインナーと野菜の カレー炒め カリフラワーサラダ パン ミルク デザート 512kcal / 3.0g	スパニッシュオムレツ インゲンのソテー パン ミルク デザート 515kcal / 2.9g	ピザトースト 具沢山コーンスープ ミルク デザート 522kcal / 3.0g
昼食	日替A	豚肉のみぞれ煮 コールスローサラダ ご飯 スープ デザート 593kcal / 3.0g	鯖の生姜煮 ピクルス ご飯 スープ デザート 582kcal / 2.9g	とん平焼き 筍の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 596kcal / 3.0g	一本メニュー 洋食のワンプレートランチ ミニハンバーグ エビフライ チキンソテー サラダ コーンバターライス コンソメスープ デザート	鶏肉のマヨポン炒め 里芋の唐揚げ ご飯 味噌汁 デザート 566kcal / 3.0g	ほっけの塩焼き なめこおろし添え 白菜とリンゴのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 575kcal / 3.0g	チキン南蛮 落とこんにゃくの甘辛煮 ご飯 味噌汁 デザート 632kcal / 3.0g
	日替B	オムライス コールスローサラダ スープ デザート 621kcal / 3.0g	キャベツとベーコンの ペペロンチーノ ピクルス ふりかけご飯 スープ デザート 623kcal / 3.1g	味噌ラーメン 筍の煮物 ご飯 デザート 589kcal / 3.1g		にしんそば 里芋の唐揚げ ゆかりご飯 デザート 572kcal / 3.1g	ハヤシライス 白菜とリンゴのサラダ 福神漬け デザート 601kcal / 3.1g	しらすと野菜菜の おかかピラフ 落とこんにゃくの甘辛煮 味噌汁 デザート 584kcal / 3.0g
夕食	日替A	さんまの 塩焼き 茶碗蒸し ワカメと京揚げの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	平目のレモン蒸し 大根のカニカマあんかけ 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 675kcal / 3.0g	ぶりの照り焼き さつま芋の蜜煮 わかさぎの南蛮漬け 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal / 3.1g	鯛の荒煮(身・カマ) 焼き厚揚げ 胡瓜の梅おほか和え ご飯 粕汁 漬物 デザート 693kcal / 3.0g	お造り盛り合わせ イカとエリンギのバターソテー 春菊の辛子和え ご飯 赤だし 漬物 デザート 684kcal / 3.1g	海老天丼 小松菜とじゃこの炒め物 オクラの和え物 味噌汁 漬物 デザート 712kcal / 3.1g	かんぱち大根 七彩ひろうすの煮物 長芋の刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal / 3.0g
	日替B	牛しゃぶと温野菜の 胡麻ソース 茶碗蒸し ワカメと京揚げの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 687kcal / 3.0g	豚カツ玉子とじ 大根のカニカマあんかけ 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 721kcal / 3.1g	★地鶏と鱈の水炊き鍋 柚子胡椒ポン酢 さつま芋の蜜煮 わかさぎの南蛮漬け 赤飯 漬物 デザート 688kcal / 3.0g	牛肉と帆立の塩炒め 焼き厚揚げ 胡瓜の梅おほか和え ご飯 粕汁 漬物 デザート 672kcal / 3.0g	茶美豚と煮玉子の 甘辛煮 イカとエリンギのバターソテー 春菊の辛子和え ご飯 赤だし 漬物 デザート 682kcal / 3.0g	鶏肉のホイル包み 小松菜とじゃこの炒め物 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal / 3.0g	牛リブロースステーキ 七彩ひろうすの煮物 長芋の刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 701kcal / 3.1g

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 11月23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