



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

12月6日(月)～12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	飛龍頭と野菜の煮物 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /2.9g	高野豆腐の 炊き合わせ ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 462kcal /3.0g	焼きししゃもと 笹かまぼこ キャベツの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 467kcal /2.8g	目玉焼きと温野菜 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /2.9g	明太だし巻き玉子 じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473kcal /3.0g	しらす粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 474kcal /3.0g	厚揚げの旨煮 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /3.0g
	洋食	ウイナーとほうれん草 の玉子炒め オニオンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	鱈のタルタル焼き ブロッコリーのサラダ パン ミルク デザート 521kcal /3.0g	フレンチトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 515kcal /3.0g	ハムとじゃが芋の マヨ焼き グリーンサラダ パン ミルク デザート 518kcal /3.0g	ベーコンと野菜の カレー炒め マカロニサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	豚肉と大豆の トマト煮込み シーザーサラダ パン ミルク デザート 514kcal /3.0g	ロールパンサンド 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 526kcal /3.0g
昼食	日替 A	つばすの煮付け れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 583kcal /3.0g	ポークチャップ 春雨の中華和え ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	さばの塩焼き 南瓜の糸昆布煮 ご飯 味噌汁 デザート 587kcal /3.0g	鶏肉の唐揚げ 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.0g	カラスカレイの アーモンド焼き ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /3.0g	牛肉の時雨煮 インゲンの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 583kcal /3.0g	エビチリ もやしナムル ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g
	日替 B	茄子の ミートソーススパゲティ れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	天津飯 春雨の中華和え スープ デザート 602kcal /3.1g	野菜たっぷり 塩ラーメン 南瓜の糸昆布煮 ご飯 デザート 615kcal /3.0g	柚子おぼろ昆布うどん 人参しりしり ゆかりご飯 デザート 578kcal /3.1g	角煮チャーハン ひじきの煮物 味噌汁 デザート 572kcal /3.1g	生姜天とろろそば インゲンの胡麻和え 高菜ご飯 デザート 587kcal /3.0g	親子丼 もやしナムル スープ デザート 581kcal /3.0g
夕食	日替 A	銀鮭の西京焼き 鶏肉と切干大根の煮物 胡麻豆腐 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 674kcal /3.0g	鰻と帆立の蒸し寿司 ピーマンのちりめん山椒炒め しめじと青梗菜のお浸し 味噌汁 漬物 デザート 693kcal /3.1g	鯛とかぶらの煮付け 茄子田楽 温玉とろろ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 682kcal /3.0g	銀むつの漬け焼き 牛すじとこんにゃくの甘辛煮 しろ菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674kcal /2.9g	鱈の生姜味噌煮 小松菜と京揚げの煮浸し さつま芋とクルミのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g	真アジフライと 海老フライ 信田巻きの煮物 三色なます ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /3.1g	ぶりの塩焼き そぼろ肉じゃが 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g
	日替 B	豚肉の しそチーズ巻きフライ 鶏肉と切干大根の煮物 胡麻豆腐 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 715kcal /3.1g	鶏肉のすき煮 ピーマンのちりめん山椒炒め しめじと青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	ローストビーフ 茄子田楽 温玉とろろ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g	★茶美豚の 胡麻豆乳鍋 牛すじとこんにゃくの甘辛煮 しろ菜のなめ茸和え ご飯 漬物 デザート 689kcal /3.0g	エッグハンバーグ 小松菜と京揚げの煮浸し さつま芋とクルミのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 701kcal /3.1g	地鶏の葱味噌焼き 信田巻きの煮物 三色なます ご飯 すまし汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	牛肉と野菜の 五目炒め そぼろ肉じゃが 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /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 11月30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