



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

2月7日(月)～2月13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。

		7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)
朝食	和食	ゴボ天の旨煮 ブロッコリーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 442kcal /3.1g	高野豆腐の玉子とじ もやしとの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 462kcal /3.0g	赤魚の煮付け 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 446kcal /3.0g	海苔入りだし巻き玉子 青梗菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 451kcal /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 458kcal /3.0g	信田巻きと 野菜の炊き合わせ たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	いわしつみれの煮物 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 443kcal /3.0g
	洋食	ブロッコリーと ベーコンの玉子炒め イタリアンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	ロールパンサンド 具沢山コーンスープ ミルク デザート 524kcal /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 502kcal /3.0g	豚肉と大豆のトマト煮 青梗菜のソテー パン ミルク デザート 520kcal /2.9g	ハムとじゃが芋の マヨ焼き トマトサラダ パン ミルク デザート 532kcal /2.9g	小倉トースト サラダ スープ ミルク デザート 510kcal /2.9g	目玉焼きと チキンナゲット マカロニサラダ パン ミルク デザート 528kcal /3.0g
昼食	日替A	チキンソテー 胡麻ソース 白菜のさっぱり和え ご飯 味噌汁 デザート 613kcal /3.0g	幕の内弁当 焼き魚 炊き合わせ ミニ天ぷら 玉子焼き お浸し ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.2g	豚肉のホイコーロー 五目煮豆 ご飯 すまし汁 デザート 616kcal /3.0g	サバの煮付け パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.1g	鶏肉と野菜の ポン酢蒸し れんこんの金平 ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	つばすの漬け焼き カリフラワーとかにかまの和え物 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	ピーマンの肉詰め コールスローサラダ ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B	カレーうどん 白菜のさっぱり和え ご飯 デザート 620kcal /3.0g		明太とろろ丼 五目煮豆 すまし汁 デザート 574kcal /3.0g	ベーコンときのこの 和風スパゲティ パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.2g	シーフードドリア れんこんの金平 スープ デザート 621kcal /3.2g	キムチチャーハン カリフラワーとかにかまの和え物 味噌汁 デザート 632kcal /3.0g	ほうとう コールスローサラダ ゆかりご飯 デザート 611kcal /3.1g
夕食	日替A	かんぱちの塩麴焼き 筑前煮 春菊のポン酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	すずきの竜田揚げ ★麻婆春雨 南瓜とひじきのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 701kcal /3.0g	銀鮭の塩焼き 茶碗蒸し もやしと中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /3.0g	糸より鯛のレモン蒸し イカチヂミ いんげんのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /2.9g	お造り3種盛り 南瓜の糸昆布煮 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 657kcal /3.0g	平目の バター醤油焼き だし巻き玉子 春菊のしらす和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	ぶり大根 卵の花 イカとオクラの梅かつお和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替B	牛リブローズステーキ 筑前煮 春菊のポン酢和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 723kcal /3.1g	茶美豚と野菜の 葱生姜煮 ★麻婆春雨 南瓜とひじきのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	酢鶏 茶碗蒸し もやしと中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 709kcal /3.0g	おでん(鍋) イカチヂミ いんげんのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	豚肉の黒胡椒焼き 温玉ソース 南瓜の糸昆布煮 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	プルコギ (韓国風牛肉炒め) だし巻き玉子 春菊のしらす和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	地鶏のホイル包み 卵の花 イカとオクラの梅かつお和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 720kcal /3.2g

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 2月1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