



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

2月14日(月)～2月20日(日)

		14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)
朝食	和食	貝柱と三つ葉の 玉子とじ キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	鱈入り煮奴 じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	目玉焼きと粉ふき芋 しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /2.8g	高菜粥 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	ロールキャベツの旨煮 ブロッコリーのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	さんまの生姜煮 いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473kcal /3.0g	鶏肉の高菜炒め めかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	海老と野菜のソテー シーザーサラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.0g	ホットドック 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 514kcal /3.0g	肉団子と野菜の コンソメ煮 しる菜のソテー パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	野菜オムレツ 豆腐サラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	茶美豚バジルと チーズのソーセージ ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.3g	フレンチトースト パンプキンスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	ベーコンエッグ 温野菜サラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	あじー尾塩焼き 切干大根 ご飯 味噌汁 デザート 573kcal /3.0g	豚肉のニラ玉炒め ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 580kcal /3.0g	カラスカレイの アーモンド焼き さつま芋のレーズン煮 ご飯 スープ デザート 588kcal /3.0g	チキン南蛮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.0g	サバの味噌煮 小松菜のナムル ご飯 すまし汁 デザート 612kcal /3.0g	コロケ二種盛り 豆サラダ ご飯 スープ デザート 650kcal /3.0g	ぶりカマの塩焼き 白菜の煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B	★タレカツ丼 切干大根 味噌汁 デザート 680kcal /3.0g	生姜天とろろうどん ブロッコリーの粒マスタード和え 菜飯 デザート 590kcal /3.1g	牛焼肉チャーハン さつま芋のレーズン煮 スープ デザート 574kcal /3.0g	ちゃんぽん麺 ピーマンの塩昆布和え ご飯 デザート 612kcal /3.2g	焼き豚温玉丼 小松菜のナムル すまし汁 デザート 582kcal /3.0g	ナポリタンスパゲティ 豆サラダ ご飯 スープ デザート 592kcal /3.0g	きつね散らし寿司 白菜の煮浸し 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替A	平目の酒蒸し 野菜とベーコンの洋風煮 トマトのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 669kcal /3.0g	鯛の煮付け 小松菜と京揚げの煮浸し 白菜と小柱のポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 671kcal /3.0g	鰻の散らし寿司 茶碗蒸し かぶの甘酢漬け 赤だし 漬物 デザート 728kcal /3.0g	鱈の西京焼き 若竹煮 白和え 生姜ご飯 すまし汁 漬物 デザート 685kcal /3.1g	松花堂 2月7日(月)に 提示致します。	サーモンのムニエル れんこんの金平 カニ身とワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683kcal /3.1g	マグロカツ ほうれん草の炒り玉子 ピクルス盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g
	日替B	ビーフカレーライス 野菜とベーコンの洋風煮 トマトのマリネ 福神漬け デザート 729kcal /3.1g	鶏天 チリソースがけ 小松菜と京揚げの煮浸し 白菜のポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715kcal /3.0g	豚肉の野菜巻き 茶碗蒸し かぶの甘酢漬け ご飯 赤だし 漬物 デザート 700kcal /3.0g	牛肉と野菜の スタミナ炒め 若竹煮 白和え 生姜ご飯 すまし汁 漬物 デザート 702kcal /3.1g		豚肉の角煮 れんこんの金平 カニ身とワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 720kcal /3.1g	煮込みハンバーグ ほうれん草の炒り玉子 ピクルス盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 726kcal /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8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