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

4月11日（月）～4月17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頂きます。

		11日（月）	12日（火）	13日（水）	14日（木）	15日（金）	16日（土）	17日（日）
朝食	和食	**玉子粥** お惣菜盛り合わせ 味噌汁　漬物 デザート 462kcal /2.9g	**高野豆腐の煮物** もやしの和え物 ご飯　味噌汁　漬物 デザート 472kcal /3.0g	**小柱ときのこの卵とじ** めかぶ酢 ご飯　味噌汁　漬物 デザート 477kcal /3.0g	**ツナと野菜の炒め物** 蕗の煮物 ご飯　味噌汁　漬物 デザート 471kcal /2.9g	**いわしつみれの煮物** キャベツの甘酢和え ご飯　味噌汁　漬物 デザート 468kcal /3.0g	**具沢山豚汁** おばんざい盛り合わせ ご飯　漬物 デザート 478kcal /3.0g	**巣ごもり卵のあんかけ** しろ菜のお浸し ご飯　味噌汁　漬物 デザート 489kcal /3.0g
	洋食	**鱈のカレー焼き** カリフラワーサラダ パン　ミルク　デザート 499kcal /3.0g	**オムレツ クリームソース** イタリアンサラダ パン　ミルク　デザート 520kcal /3.0g	**小倉トースト** 具沢山ポトフ ミルク　デザート 510kcal /3.0g	**ベーコンエッグ** コーンサラダ パン　ミルク　デザート 512kcal /2.9g	**マカロニ入り ミネストローネ** 野菜ソテー パン　ミルク　デザート 520kcal /3.0g	**エビマヨと温野菜** グリーンサラダ パン　ミルク　デザート 519kcal /3.0g	**ホットサンド** 具沢山ポタージュスープ ミルク　デザート 525kcal /3.0g
昼食	日替A	**鶏肉の照り焼き** ほうれん草ときのこのソテー ご飯　味噌汁 デザート 598kcal /3.1g	**つばすの煮付け** オクラの梅和え ご飯　味噌汁 デザート 576kcal /3.0g	**ポークチャップ** 大根の煮物 ご飯　味噌汁 デザート 626kcal /3.0g	**ほっけの塩焼き なめ茸おろし添え** レタスとミカンのサラダ ご飯　スープ デザート 598kcal /3.0g	**麻婆豆腐** 春雨の中華和え ご飯　スープ デザート 602kcal /3.0g	**鯖の漬け焼き** サイコロサラダ ご飯　味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	**鶏肉と野菜の ポン酢蒸し** いんげんの胡麻和え ご飯　味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B	**ちゃんぽん麺** ほうれん草ときのこのソテー ご飯 デザート 580kcal /3.0g	**お好み焼き** オクラの梅和え ご飯　味噌汁 デザート 606kcal /3.1g	**ネギトロ丼** 大根の煮物 味噌汁 デザート 574kcal /3.0g	**ベーコンときのこの 和風スパゲティ** レタスとミカンのサラダ ふりかけご飯　スープ デザート 623kcal /3.1g	**シーフードピラフ** 春雨の中華和え スープ デザート 590kcal /2.9g	**牛丼** サイコロサラダ 味噌汁 デザート 628kcal /3.0g	**稲庭うどんと かっぱ巻き** いんげんの胡麻和え デザート 631kcal /3,1g
夕食	日替A	**平目と春野菜の ホイル包み** さつま芋の甘露煮 イカと菜の花の酢味噌和え ご飯　すまし汁　漬物　デザート 673kcal /3.0g	**糸より鯛のレモン蒸し** ピーマンとさつま揚げの山椒炒め 手作り豆腐 ご飯　味噌汁　漬物　デザート 668kcal /3.0g	**エビフライカレー** 野菜の洋風煮 玉ねぎとスモークサーモンのマリネ 福神漬け　デザート 720kcal /3.0g	**銀鮭の西京焼き** 茶碗蒸し 小松菜の柚子和え ご飯　すまし汁　漬物　デザート 683kcal /3.0g	**ぶりの竜田揚げ** 牛肉とごぼうの金平 ゆでスナップえんどう ご飯　味噌汁　漬物　デザート 706kcal /3.0g	**鯛の荒炊き（身・カマ）** 千草玉子 長芋の刻み山葵和え ご飯　味噌汁　漬物　デザート 673kcal /2.9g	**まぐろのフライ** 豚じゃが煮 茄子の生姜和え ご飯　味噌汁　漬物　デザート 699kcal /3.0g
	日替B	**イベリコ豚のステーキ** さつま芋の甘露煮 イカと菜の花の酢味噌和え ご飯　すまし汁　漬物　デザート 680kcal /3.1g	**ミルフィーユカツ デミグラスソース** ピーマンとさつま揚げの山椒炒め 手作り豆腐 ご飯　味噌汁　漬物　デザート 718kcal /3.0g	**地鶏の利休焼き** 野菜の洋風煮 玉ねぎとスモークサーモンのマリネ ご飯　味噌汁　漬物　デザート 674kcal /3.0g	**プルコギ （韓国風牛肉炒め）** 茶碗蒸し 小松菜の柚子和え ご飯　すまし汁　漬物　デザート 704kcal /3.1g	**もち豚と卵の甘辛煮** 牛肉とごぼうの金平 ゆでスナップえんどう ご飯　味噌汁　漬物　デザート 689kcal /3.0g	**赤鶏と野菜の 中華炒め** 千草玉子 長芋の刻み山葵和え ご飯　味噌汁　漬物　デザート 689kcal /3.1g	**牛肉の野菜巻き** 豚じゃが煮 茄子の生姜和え ご飯　味噌汁　漬物　デザート 694kcal /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　4月5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