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

5月2日（月）～5月8日（日）

		2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）	7日（土）	8日（日）
朝食	和食	**筑前煮** トマトの青じそ和え ご飯　味噌汁　漬物 デザート 462kcal /2.8g	**肉団子と野菜の旨煮** 納豆 ご飯　味噌汁　漬物 デザート 466kcal /2.8g	**目玉焼きと じゃがバター** ブロッコリーのおかか和え ご飯　味噌汁　漬物 デザート 470kcal /2.8g	**麦とろろご飯** お惣菜盛り合わせ 味噌汁　漬物 デザート 463kcal /2.9g	**鱈入り煮奴** 野菜の炒め物 ご飯　味噌汁　漬物 デザート 469kcal /3.0g	**巣ごもり卵のあんかけ** もやしのゆかり和え ご飯　味噌汁　漬物 デザート 468kcal /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 469kcal /3.0g
	洋食	**スクランブルエッグと ミニグラタン** トマトサラダ パン　ミルク　デザート 512kcal /3.0g	**クラムチャウダー** 青梗菜のソテー パン　ミルク　デザート 514kcal /3.0g	**厚切りバタートースト** 具沢山コーンスープ ミルク　デザート 510kcal /3.0g	**野菜オムレツ** イタリアンサラダ パン　ミルク　デザート 515kcal /2.9g	**ウインナーの 粒マスタード炒め** 枝豆サラダ パン　ミルク　デザート 511kcal /3.0g	**ロールキャベツの トマト煮込み** シーザーサラダ パン　ミルク　デザート 501kcal /3.0g	**サンドイッチ** 具沢山コンソメスープ ミルク　デザート 511kcal /3.0g
昼食	日替A	**ぶりカマの塩焼き** ほうれん草のソテー ご飯　味噌汁 デザート 599kcal /3.0g	**ポークチャップ** 温野菜サラダ ご飯　スープ デザート 601kcal /2.9g	**ほっけの開き** いんげんの胡麻和え ご飯　味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	**鶏肉の南蛮漬け** 筍と竹輪の煮物 ご飯　味噌汁 デザート 611kcal /3.0g	**カラスカレイの アーモンド焼き** 小松菜のすだち和え ご飯　味噌汁 デザート 610kcal /3.0g	**豚肉と野菜の 中華炒め** 切干大根の煮物 ご飯　味噌汁 デザート 600kcal /3.0g	**エビチリ** 春雨サラダ ご飯　スープ デザート 620kcal /3.0g
	日替B	**ハヤシライス** ほうれん草のソテー 福神漬け デザート 580kcal /3.0g	**たらこスパゲッティ** 温野菜サラダ ふりかけご飯　スープ デザート 590kcal /3.1g	**高菜チャーハン** いんげんの胡麻和え 味噌汁 デザート 574kcal /3.0g	**野菜たっぷり 醤油ラーメン** 筍と竹輪の煮物 ご飯 デザート 619kcal /3.2g	**親子丼** 小松菜のすだち和え 味噌汁 デザート 592kcal /3.1g	**山菜とろろそば（温）** 切干大根の煮物 梅ちりめんご飯 デザート 622kcal /3.1g	**カレーピラフ** 春雨サラダ スープ デザート 620kcal /3,1g
夕食	日替A	**赤カレイと 厚揚げの煮付け** 南瓜のいとこ煮 中華くらげの和え物 ご飯　すまし汁　漬物　デザート 697kcal /3.0g	**鰆の有馬山椒焼き** 卯の花 三色なます ご飯　味噌汁　漬物　デザート 678kcal /3.0g	**銀むつの西京漬け** イカと大根の煮物 茄子の生姜和え ご飯　すまし汁　漬物　デザート 686kcal /3.0g	**子供の日** **海鮮散らし寿司** **茶碗蒸し** **ほうれん草のお浸し** **赤だし　デザート** 720kcal /3.1g	**鯛の地中海煮込み** アスパラと小柱のソテー ポテトサラダ ご飯　スープ　漬物　デザート 667kcal /3.0g	**かんぱちの照り煮** 牛肉とれんこんの塩金平 ゆでスナップえんどう ご飯　味噌汁　漬物　デザート 673kcal /2.9g	**サーモンのムニエル きのこクリームソース** スパニッシュオムレツ 大根の梅サラダ ご飯　味噌汁　漬物　デザート 700kcal /3.0g
	日替B	**豚カツ 和風おろしソース** 南瓜のいとこ煮 中華くらげの和え物 ご飯　すまし汁　漬物　デザート 720kcal /3.1g	**牛肉の柳川煮** 卯の花 三色なます ご飯　味噌汁　漬物　デザート 709kcal /3.0g	**ミックスグリル（鶏肉・ハンバーグ・エビフライ）** イカと大根の煮物 茄子の生姜和え ご飯　すまし汁　漬物　デザート 718kcal /3.0g		**ローストビーフ 刻み山葵ソース** アスパラと小柱のソテー ポテトサラダ ご飯　スープ　漬物　デザート 689kcal /3.0g	**鶏肉の竜田揚げ** 牛肉とれんこんの塩金平 ゆでスナップえんどう ご飯　味噌汁　漬物　デザート 720kcal /3.1g	**豚肉のちゃんこ煮** スパニッシュオムレツ 大根の梅サラダ ご飯　味噌汁　漬物　デザート 701kcal /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　4月26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