



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

5月16日(月)～5月22日(日)

		16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝食	和食	茶粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /2.8g	赤魚の煮付け じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	ミニおでん カリフラワーのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.8g	千草玉子 しろ菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	生姜天と野菜の旨煮 トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 458kcal /3.0g	目玉焼きと温野菜 たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	肉団子の煮物 野菜の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	南瓜と貝柱のクリーム煮 いんげんのソテー パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	ハムエッグ イタリアンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	フレンチトースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 520kcal /2.8g	海老のオーロラソースと野菜ソテー グリーンサラダ パン ミルク デザート 518kcal /2.9g	野菜オムレツ トマトサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.3g	ロールパンサンド 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 506kcal /3.0g	豚肉の大豆のトマト煮 野菜のソテー パン ミルク デザート 488kcal /3.0g
昼食	日替 A	ほっけの塩焼き たけのこの土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	ピーマンの肉詰め 長芋の和え物 ご飯 味噌汁 デザート 600kcal /2.9g	鯖の香味揚げ 白菜とリンゴのサラダ ご飯 スープ デザート 629kcal /3.0g	豚肉の生姜焼き れんこんの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /3.0g	カラスカレイの煮付け タラモサラダ ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /3.0g	鶏肉の味噌マヨ焼き オクラの和え物 ご飯 スープ デザート 591kcal /3.0g	つばすの漬け焼き 里芋の唐揚げ ご飯 味噌汁 デザート 570kcal /3.0g
	日替 B	かき揚げ丼 たけのこの土佐煮 味噌汁 デザート 618kcal /3.0g	ちゃんぽん麺 長芋の和え物 ご飯 デザート 610kcal /3.1g	春キャベツとしらすのチャーハン 白菜とリンゴのサラダ スープ デザート 570kcal /3.0g	きつねうどん れんこんの煮物 菜飯 デザート 598kcal /3.2g	高菜ピラフ タラモサラダ 味噌汁 デザート 578kcal /3.0g	焼きそば オクラの和え物 ご飯 スープ デザート 622kcal /3.0g	巻き寿司とサラダ巻き 里芋の唐揚げ 味噌汁 デザート 611kcal /2.9g
夕食	日替 A	ぶりの照り焼き えんどう豆の玉子とじ 刺身こんにやく梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 693kcal /3.0g	すずきと野菜の天ぷら ベーコンと春野菜の炒め物 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 720kcal /3.0g	鱈の菜種焼き 南瓜のオランダ煮 たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.0g	銀鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草の炒り玉子 野菜ピクルス ご飯 すまし汁 漬物 デザート 699kcal /3.0g	松花堂 5月9日(月)に 提示致します。 	真鯛の塩焼き 揚げ出し豆腐 小松菜の柚子ポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	まぐろステーキ 山葵醤油ソース 点心盛り合わせ いんげんのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g
	日替 B	鶏肉の香草焼き トマトソースがけ えんどう豆の玉子とじ 刺身こんにやく梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.1g	豚肉と野菜の生姜煮込み ベーコンと春野菜の炒め物 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	牛肉と野菜の五目炒め 南瓜のオランダ煮 たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 711kcal /3.0g	チキンカツ ほうれん草の炒り玉子 野菜ピクルス ご飯 すまし汁 漬物 デザート 728kcal /3.1g		豚肉の有馬山椒焼き 揚げ出し豆腐 小松菜の柚子ポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 701kcal /3.0g	牛肉のすき煮 点心盛り合わせ いんげんのツナマヨ和え 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 5月10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