



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9日(月)～5月15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。

		9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)
朝食	和食	厚揚げの煮物 もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.9g	小柱ときのこの 玉子とじ 白菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	あじの開き ピーマンの炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /2.9g	おにぎり(梅・おかか) 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 501kcal /3.0g	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 450kcal /3.0g	豆腐のふわふわ寄せ 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 458kcal /3.0g	だし巻き玉子 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 477kcal /3.0g
	洋食	ベーコンエッグ グリーンサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	クリームパンと あんぱん 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 519kcal /2.8g	茶美豚のバジルと チーズのソーセージ コーンサラダ パン ミルク デザート 520kcal /3.0g	具沢山ポトフ しろ菜のソテー パン ミルク デザート 499kcal /2.8g	スクランブルエッグと ハッシュドポテト ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 521kcal /2.9g	ピザトースト 具沢山コーンスープ ミルク デザート 523kcal /3.0g	鱈のカレー焼き オニオンサラダ パン ミルク デザート 501kcal /3.0g
昼食	日替 A	鶏の照り焼き 里芋の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 600kcal /3.0g	鯖の煮付け 青梗菜とさつま揚げの煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 587kcal /3.0g	豚肉のニラ玉炒め もやしのナムル ご飯 味噌汁 デザート 620kcal /3.0g	つばすの山椒焼き 豆サラダ ご飯 スープ デザート 598kcal /3.0g	牛肉豆腐 いんげんと蒸し鶏の胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 601kcal /3.0g	カラスカレイの パン粉焼き パプリカのマリネ ご飯 スープ デザート 587kcal /2.9g	★大葉入り味噌つくね キャベツのマスタード和え ご飯 スープ デザート 582kcal /3.0g
	日替 B	皿うどん 里芋の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 620kcal /3.0g	梅干しとしらすの 混ぜ寿司 青梗菜とさつま揚げの煮浸し 味噌汁 デザート 587kcal /3.0g	コーンバター 味噌ラーメン もやしのナムル ご飯 デザート 621kcal /3.2g	豚キムチ温玉丼 豆サラダ スープ デザート 618kcal /3.1g	柚子おぼろ昆布うどん いんげんと蒸し鶏の胡麻和え ゆかりご飯 デザート 601kcal /3.2g	五目チャーハン パプリカのマリネ スープ デザート 599kcal /3.0g	海老とアスパラのク リームトマトスパゲティ キャベツのマスタード和え ふりかけご飯 スープ デザート 621kcal /3.1g
夕食	日替 A	平目のバター醤油焼 き 豚肉とひじきの煮物 オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.0g	ぶり大根 そら豆と玉ねぎのかき揚げ 胡瓜と茗荷のもみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	銀鮭のホイル包み 人参しりしり かぼちゃとクルミのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.0g	糸より鯛の 白ワイン蒸し 茄子にしん ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /2.9g	鰻の三色丼 イカと京芋の煮物 冷やしトマト 赤だし 漬物 デザート 705kcal /3.0g	鯛の塩麴焼き さつま芋のレモン煮 かつおの香味和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	鱈のおろし生姜煮 大根のかにかまあんかけ 玉子豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替 B	デミグラスハンバーグ 豚肉とひじきの煮物 オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 719kcal /3.1g	黒豚と温野菜の チーズソース そら豆と玉ねぎのかき揚げ 胡瓜と茗荷のもみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 720kcal /3.0g	鶏の天ぷら チリソース添え 人参しりしり かぼちゃとクルミのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 716kcal /3.0g	おでん(鍋) 茄子にしん ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.1g	赤鶏の葱塩焼き イカと京芋の煮物 冷やしトマト ご飯 赤だし 漬物 デザート 689kcal /3.0g	豚肉とイカの中華炒め さつま芋のレモン煮 かつおの香味和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 704kcal /3.1g	牛リブロースステーキ 大根のかにかまあんかけ 玉子豆腐 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 5月3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