



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

8月29日(月)～9月4日(日)

		29日(月)	30日(火)	31日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
朝食	和食	具沢山豚汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 510kcal /3.0g	焼きししゃもと 笹かまぼこ ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 475kcal /3.0g	目玉焼きと粉ふき芋 もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.8g	いわしつみれの煮物 トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	ツナと野菜の炒め物 しろ菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /3.0g	玉子粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /3.0g	厚揚げの煮物 もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /3.0g
	洋食	オムレツ クリームソース 豆腐サラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.0g	ミニハンバーグと 野菜ソテー ブロッコリーのサラダ パン ミルク デザート 514kcal /3.0g	ホットサンド 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 515kcal /3.0g	ハムエッグ トマトサラダ パン ミルク デザート 517kcal /2.9g	海老のオーロラソース と温野菜 グリーンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	フレンチトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 511kcal /3.0g	マカロニ入り ミネストローネ シーザーサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g
昼食	日替 A	ほっけの塩焼き なめ茸おろし カリフラワーの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 563kcal /3.0g	とん平焼き きのこポン酢 ご飯 スープ デザート 592kcal /3.0g	鯖の味噌煮 切干大根 ご飯 すまし汁 デザート 586kcal /3.0g	鶏の治部煮 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 デザート 582kcal /3.0g	カラスカレイと野菜の ラタトゥイユ いんげんとコーンの胡麻だれ ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	麻婆茄子 山菜ナムル ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /3.0g	つばすの梅しそ焼き 白菜の煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 568kcal /3.0g
	日替 B	ナポリタンスパゲティ カリフラワーの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 601kcal /3.0g	鮭とコーンのピラフ きのこポン酢 スープ デザート 580kcal /2.9g	三色そうめん(冷)と 巻き寿司 切干大根 デザート 591kcal /3.1g	野菜たっぷり 塩ラーメン オクラの和え物 ご飯 デザート 613kcal /3.2g	焼き豚温玉丼 いんげんとコーンの胡麻だれ 味噌汁 デザート 582kcal /3.2g	五目ぶっかけ 冷やしうどん 山菜ナムル ゆかりご飯 デザート 572kcal /3.0g	天津飯 白菜の煮浸し 味噌汁 デザート 591kcal /3.1g
夕食	日替 A	すずきのあられ揚げ ズッキーニと貝柱のバター醤油 さつま芋サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715kcal /3.1g	鯛の荒煮(身・カマ) 冬瓜の銀あんかけ カツオのたたき ご飯 味噌汁 漬物 デザート 668kcal /3.0g	糸より鯛の 地中海煮込み 信田巻きの煮物 小松菜の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 692kcal /3.0g	平目のホイル包み 高野豆腐の玉子とじ 野菜の浅漬け 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 671kcal /2.8g	ぶりの有馬山椒焼き ミニおでん 胡瓜の梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	サーモンのフリッター タルタルソース 野菜のコンソメ煮 タコとブロッコリーのイタリアンサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 711kcal /3.1g	鱈のおろし煮 焼きビーフン かりかりじゃこのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 676kcal /3.0g
	日替 B	牛肉の赤ワイン煮込 み ズッキーニと貝柱のバター醤油 さつま芋サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 697kcal /3.1g	蒸し鶏と野菜の ピリ辛胡麻ソース 冬瓜の銀あんかけ カツオのたたき ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g	豚カツ玉子とじ 信田巻きの煮物 小松菜の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 714kcal /3.1g	牛肉と帆立の 中華炒め 高野豆腐の玉子とじ 野菜の浅漬け 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /2.9g	赤鶏の竜田揚げ ミニおでん 胡瓜の梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.0g	豚肉の野菜巻き 野菜のコンソメ煮 タコとブロッコリーのイタリアンサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	夏野菜のキーマカ レー 焼きビーフン かりかりじゃこのサラダ 福神漬け デザート 710kcal /3.1g

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 8月23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