



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!

パストラル尼崎

10月10日(月)～10月16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。

		10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝食	和食	おにぎり(鮭・梅) 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 491kcal /3.0g	さんまの生姜煮 めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 475kcal /3.0g	海老入り煮奴 青梗菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /2.9g	葱入りだし巻き玉子 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480kcal /3.0g	ロールキャベツの旨煮 いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 465kcal /3.0g	竹輪ときのこの玉子とじ 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 467kcal /3.0g	ツナと野菜の炒め物 カリフラワーの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g
	洋食	海老と野菜のソテー 豆腐サラダ パン ミルク デザート 498kcal /2.9g	ベーコンとブロッコリーの玉子炒め コールスローサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	厚切りバタートースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 520kcal /3.0g	豚肉と大豆のトマト煮 海藻サラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.0g	ウインナーとジャーマンポテト いんげんのソテー パン ミルク デザート 513kcal /3.1g	ロールパンサンド 具沢山ポトフ ミルク デザート 523kcal /3.0g	チーズオムレツ カリフラワーサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g
昼食	日替 A	鯖ののろみ焼き れんこんの金平 ご飯 スープ デザート 563kcal /3.1g	ポークチャップ 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 586kcal /3.0g	カレイの煮付け(骨付き) きのこポン酢 ご飯 スープ デザート 596kcal /3.0g	肉じゃが もやしの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 594kcal /3.0g	つばすの山椒煮 白菜の煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 565kcal /3.0g	麻婆茄子 山菜ナムル ご飯 スープ デザート 610kcal /3.1g	白身フライ 春雨サラダ ご飯 スープ デザート 624kcal /3.0g
	日替 B	ナポリタンスパゲティ れんこんの金平 ご飯 スープ デザート 595kcal /3.0g	桜海老のかき揚げ蕎麦(温) 五目煮豆 ゆかりご飯 デザート 617kcal /3.1g	天津飯 きのこポン酢 スープ デザート 604kcal /3.0g	生姜天とろろうどん(温) もやしの胡麻和え 梅ちりめんご飯 デザート 602kcal /3.2g	親子丼 白菜の煮浸し 味噌汁 デザート 595kcal /3.0g	味噌ラーメン 山菜ナムル ご飯 デザート 613kcal /3.1g	五目チャーハン 春雨サラダ スープ デザート 582kcal /3.0g
夕食	日替 A	鯛の荒煮(身・カマ) 卵の花 茄子の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.0g	平目のバター醤油焼き キャベツの肉味噌炒め 南瓜とレーズンのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 682kcal /3.0g	マグロのステーキ 刻み山葵ソース 牛すじとこんにゃくの土手煮 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g	鮭とイクラの混ぜ寿司 豚肉とひじきの煮物 春菊のすだち和え 赤だし 漬物 デザート 704kcal /3.1g	糸より鯛と海老のクリーム煮 きのことコーンのバター炒め スモークサーモンのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	ぶりの照り焼き ニラ玉 さつま芋とクルミのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 669kcal /2.9g	鰯のさらさ蒸し ベーコンと野菜のコンソメ煮 パプリカのピクルス ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替 B	鶏肉の天ぷら チリソースがけ 卵の花 茄子の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 716kcal /3.1g	煮込みハンバーグ キャベツの肉味噌炒め 南瓜とレーズンのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	豚肉の有馬山椒焼き 牛すじとこんにゃくの土手煮 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g	★鶏肉と秋茄子の利休焼き 豚肉とひじきの煮物 春菊のすだち和え ご飯 赤だし 漬物 デザート 678kcal /3.0g	牛肉のミルフィーユカツ きのことコーンのバター炒め スモークサーモンのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 719kcal /3.0g	茶美豚の塩ちゃんこ鍋 ニラ玉 さつま芋とクルミのサラダ ご飯 漬物 デザート 690kcal /3.0g	ビーフカレーライス ベーコンと野菜のコンソメ煮 パプリカのピクルス 福神漬け デザート 706kcal /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 10月4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