



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

9月5日(月)～9月11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。

		5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)
朝食	和食	高野豆腐の玉子とじ トマトの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 483kcal /2.8g	生姜天の煮物 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /3.0g	信田巻きの炊き合わせ 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.9g	明太入りだし巻き玉子 落の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /2.8g	赤魚の煮付け カリフラワーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.0g	鶏団子と野菜の旨煮 いんげんのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	高菜粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	鱈のタルタル焼き トマトサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	厚切りバタートースト 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 524kcal /3.0g	チーズオムレツ 野菜炒め パン ミルク デザート 514kcal /3.0g	ウインナーのジャーマンポテト イタリアンサラダ パン ミルク デザート 513kcal /2.9g	ベーコン野菜ソテーハッシュドポテト カリフラワーのサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ロールパンサンド 具沢山クリームスープ ミルク デザート 525kcal /3.0g	ツナ入りスクランブルエッグ 枝豆サラダ パン ミルク デザート 508kcal /3.0g
昼食	日替A	ポークチャップ ブロッコリーのツナマヨサラダ ご飯 スープ デザート 602kcal /3.0g	鯖の漬け焼き 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /2.9g	鶏肉のちゃんちゃん焼き 胡瓜と竹輪の梅和え ご飯 すまし汁 デザート 606kcal /3.0g	ほっけの開き 春菊の柚子和え ご飯 味噌汁 デザート 582kcal /3.0g	ピーマンの肉詰め キャベツの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /3.0g	カラスカレイのアーモンド焼き ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 579kcal /3.0g	牛肉豆腐 ほうれん草とコーンのソテー ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /3.0g
	日替B	すだちうどん(冷) ブロッコリーのツナマヨサラダ ゆかりご飯 デザート 576kcal /3.0g	五目チャーハン 五目煮豆 味噌汁 デザート 591kcal /3.0g	にしんそば 胡瓜と竹輪の梅和え 菜飯 デザート 584kcal /3.1g	親子丼 春菊の柚子和え 味噌汁 デザート 592kcal /3.0g	五目あんかけにゅうめん キャベツの胡麻和え ふりかけご飯 デザート 582kcal /3.1g	お好み焼き ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	まぐろの漬け丼 ほうれん草とコーンのソテー 味噌汁 デザート 591kcal /3.1g
夕食	日替A	マグロのステーキ山葵ソース 牛すじと大根の土手煮 オクラの梅和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	平目のレモン蒸し ゴーヤチャンプル 長芋の刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.0g	ぶりの塩焼き 茶碗蒸し 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.0g	赤カレイの煮付け 大根の桜海老あんかけ しめじと青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.1g	鮭の照り焼き 茄子田楽 カニ身とワカメの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 677kcal /3.0g	鯛の生姜煮 ピーマンのちりめん山椒炒め 玉子豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683kcal /2.9g	エビフライ 卵の花 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.1g
	日替B	鶏肉と厚揚げの生姜煮 牛すじと大根の土手煮 オクラの梅和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g	牛肉のミルフィーユカツ ゴーヤチャンプル 長芋の刻み山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715kcal /3.0g	豚肉の有馬焼き 茶碗蒸し 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g	牛肉と野菜のスタミナ炒め 大根の桜海老あんかけ しめじと青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /3.0g	チキン南蛮 手作りタルタルソース 茄子田楽 カニ身とワカメの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 719kcal /3.1g	牛肉の冷しゃぶ 胡麻ポン酢添え ピーマンのちりめん山椒炒め 玉子豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.0g	豚肉と玉子の甘辛煮 卵の花 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /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 8月30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