



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

10月24日(月)～10月30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。

		24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)
朝食	和食	豆腐のふわふわ寄せ ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 462kcal /2.8g	さつま揚げと野菜の 玉子とじ 蒟の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492kcal /3.0g	筑前煮 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 496kcal /2.8g	ミニおでん たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	麦とろろご飯 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	高野豆腐と野菜の 炊き合わせ キャベツのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	具沢山豚汁 おぼんざい盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	海老のソテーと 温野菜 イタリアンサラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.0g	クリームパンと あんぱん 具沢山クリームスープ ミルク デザート 504kcal /3.0g	オムレツ オニオンサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	ウインナーの 粒マスタード炒め きゅうりサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	南瓜とベーコンの クリーム煮 豆腐サラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	ホットドック 具沢山ポトフ ミルク デザート 502kcal /3.0g	ハムエッグ コールスローサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替 A	豚肉のニラ玉炒め いんげんとコーンのごまだれ和え ご飯 味噌汁 デザート 623kcal /3.0g	カラスカレイの ラトウイユ 青梗菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	ピーマンの肉詰め ひじきの煮物 ご飯 スープ デザート 663kcal /3.0g	鯖の漬け焼き  さつまいもの天ぷら ご飯 味噌汁 デザート 642kcal /3.0g	八宝菜 餃子 ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	つばすの煮付け ごぼうサラダ ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	鶏肉のマヨポン炒め れんこんの土佐煮 ご飯 赤だし デザート 612kcal /3.0g
	日替 B	明太とろろ丼 いんげんとコーンのごまだれ和え 味噌汁 デザート 580kcal /3.0g	焼きそば 青梗菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /3.1g	シーフードピラフ ひじきの煮物 スープ デザート 574kcal /3.0g	柚子おぼろ昆布うどん  さつまいもの天ぷら 梅ちりめんご飯 デザート 632kcal /3.2g	醤油ラーメン 餃子 ご飯 デザート 603kcal /3.2g	牛丼 ごぼうサラダ 味噌汁 デザート 632kcal /3.0g	しらすと大葉の 混ぜ寿司 れんこんの土佐煮 赤だし デザート 591kcal /3.1g
夕食	日替 A	鯛の煮付け 千草玉子 サイコロチーズとブロッコリーのマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.0g	鰯の西京焼き 焼き厚揚げ タコ酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	平目のホイル包み 牛肉とれんこんの金平 胡瓜と白菜の浅漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	マグロフライ 柴漬けタルタル添え 大根のカニカマあんかけ ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g	ぶりの塩焼き 信田巻きの煮物 小松菜の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	鮭のちゃんちゃん焼き 鶏肉ときのこの煮物 春菊とたくあんの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	糸より鯛と帆立の トマトソース煮 焼きビーフン 貝柱とワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g
	日替 B	鶏肉の唐揚げ きのこあんかけ 千草玉子 サイコロチーズとブロッコリーのマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 696kcal /3.1g	牛肉のオイスター炒め 焼き厚揚げ タコ酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g	黒酢豚 牛肉とれんこんの金平 胡瓜と白菜の浅漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715kcal /3.0g	牛肉のアスパラ巻き 大根のカニカマあんかけ ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	★鶏天と秋野菜のかき揚げ 信田巻きの煮物 小松菜の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	豚肉と野菜の豆乳鍋 鶏肉ときのこの煮物 春菊とたくあんの和え物 ご飯 漬物 デザート 685kcal /3.1g	和風おろしハンバーグ 焼きビーフン 貝柱とワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /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18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