



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

11月7日(月)～11月13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。

		7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)
朝食	和食	ツナと野菜のソテー 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	巣ごもり卵のあんかけ 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	鶏じゃが煮 キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	玉子粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	信田巻きの煮物 たたききゅうり ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	海老入り煮奴 ジャガイモの金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	おにぎり(鮭・梅) お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	ホットサンド 具沢山コーンスープ ミルク デザート 522kcal /3.0g	茶美豚バジルと チーズのソーセージ コールスローサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	スパニッシュオムレツ 野菜のソテー パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	豚肉と大豆のトマト煮 イタリアンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	鱈のカレー焼き きゅうりサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	フレンチトースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 510kcal /3.0g	ベーコンエッグ コーンサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替 A	鶏肉のつくね焼き 人参しりしり ご飯 スープ デザート 623kcal /3.0g	エビチリ レタスとミカンのサラダ ご飯 スープ デザート 592kcal /2.9g	牛肉豆腐 ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 636kcal /3.0g	カレイの煮付け ほうれん草の和え物 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	ホイコーロー 落のおかか和え ご飯 すまし汁 デザート 612kcal /3.0g	カラスカレイの アーモンド焼き 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	ポークチャップ サイコロサラダ ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替 B	たらこ クリームスパゲティ 人参しりしり ふりかけご飯 スープ デザート 580kcal /3.0g	五目チャーハン レタスとミカンのサラダ スープ デザート 590kcal /3.1g	きつねそば(温) ブロッコリーの粒マスタード和え 菜飯 デザート 574kcal /3.0g	唐揚げマヨ丼 ほうれん草の和え物 味噌汁 デザート 622kcal /3.2g	散らし寿司 落のおかか和え すまし汁 デザート 592kcal /3.2g	山菜うどん(温) 五目煮豆 梅ちりめんご飯 デザート 632kcal /3.0g	鯖のかば焼き丼 サイコロサラダ 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替 A	かんぱちの煮付け イカときこの炒め物 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	銀鮭の塩焼き 青梗菜と京揚げの煮浸し 柿なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	マグロステーキ トリュフソース 茄子田楽 カニカマと胡瓜のサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	真鯛のホイル包み ミニおでん 白菜の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g	つばすの山椒煮 卵の花 かぶらの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	ぶりの照り焼き 筍と貝柱のバター醤油炒め 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	平目のレモン蒸し 絹厚揚げと鶏肉の煮物 南瓜のクルミのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替 B	★温玉のせ ローストビーフ丼 イカときこの炒め物 胡麻豆腐 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	地鶏と焼きトマトの ポテトグラタン 青梗菜と京揚げの煮浸し 柿なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	豚の角煮 茄子田楽 カニカマと胡瓜のサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	牛肉と海老の塩炒め ミニおでん 白菜の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	チキンカツの おろしポン酢添え 卵の花 かぶらの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	茶美豚の 味噌ちゃんこ鍋 筍と貝柱のバター醤油炒め 春菊の辛子和え ご飯 漬物 デザート 700kcal /3.1g	牛肉の柳川煮 絹厚揚げと鶏肉の煮物 南瓜のクルミのサラダ 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 11月1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