



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21日(月)~11月27日(日)

		21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)
朝食	和食	筑前煮 いんげんのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	ロールキャベツの旨煮 小松菜のおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	焼きししゃもと 笹かまぼこ 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	小柱と三つ葉の 玉子とじ もやしのお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	茶粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	だし巻き玉子 たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	赤魚の煮付け しろ菜のポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	海老と野菜のソテー いんげんサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	スクランブルエッグと ハッシュドポテト コーンサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	ロールパンサンド 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	ミートボールの ケチャップ炒め マカロニサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	ハムエッグ オニオンサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	鱈のタルタル焼き イタリアンサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	フレンチトースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	カラスカレイの ムニエル 竹輪の磯辺揚げ ご飯 スープ デザート 623kcal /3.0g	鶏肉の治部煮 きのこのごまだれ和え ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	鯖の漬け焼き かぼちゃサラダ ご飯 スープ デザート 636kcal /3.0g	コロッケ二種 切干大根 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	つばすの生姜煮 コールスローサラダ ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	豚肉のニラ玉炒め カリフラワーとカニカマの甘酢和え ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	鮭の南蛮漬け オクラのごま和え ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B	高菜チャーハン 竹輪の磯辺揚げ スープ デザート 580kcal /3.0g	皿うどん きのこのごまだれ和え ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /3.1g	ロコモコ丼 かぼちゃサラダ スープ デザート 574kcal /3.0g	焼きそば 切干大根 ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.2g	ハヤシライス コールスローサラダ 福神漬け デザート 592kcal /3.2g	山菜とろろそばと かやくご飯 カリフラワーとカニカマの甘酢和え デザート 632kcal /3.0g	三色丼 (鶏そぼろ・卵・青菜) オクラのごま和え 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替A	銀鮭の照り焼き 大根と海老の煮物 もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	松花堂 11月14日(月)に 掲示致します。	うなぎの散らし寿司 牛肉とこんにゃくの炒め物 春菊のすだち和え 赤だし 漬物 デザート 712kcal /3.0g	赤カレイとごぼうの 煮付け 海鮮チヂミ トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g	エビフライ さつま芋の甘煮 ほうれん草としらすのみぞれ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	鯛の荒煮(身・カマ) 小柱と春雨の炒め物 茄子の茗荷和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	平目の バター醤油焼き 豚肉と白菜の煮物 大根の梅サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替B	牛肉のアスパラ巻き 大根と海老の煮物 もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g		地鶏と帆立の クリームシチュー 牛肉とこんにゃくの炒め物 春菊のすだち和え ご飯 漬物 デザート 684kcal /3.0g	牛しゃぶと温野菜の チーズソース 海鮮チヂミ トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	豚肉の黒胡椒焼き 温玉ソース さつま芋の甘煮 ほうれん草としらすのみぞれ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	鶏肉の唐揚げ 中華あんかけ 小柱と春雨の炒め物 茄子の茗荷和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	牛肉の赤ワイン煮込 み 豚肉と白菜の煮物 大根の梅サラダ 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15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