



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

12月12日(月)~12月18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。

		12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)
朝食	和食	おにぎり(おかか・梅) おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	貝柱ときのこの 玉子とじ めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	赤魚の煮付け キャベツのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	いわしつみれの煮物 しろ菜のお浸し 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 ピーマンの昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	あじの開き ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	ミニグラタンと 野菜ソテー グリーンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /2.8g	小倉トースト ミネストローネ ミルク デザート 504kcal /2.8g	チーズオムレツ キャベツのピーナッツ和え パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	茶美豚バジルと チーズソーセージ 枝豆サラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	ツナコーン スクランブルエッグ マカロニサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	シュガーバター トースト 具沢山クラムチャウダー ミルク デザート 510kcal /2.9g	ウインナーと目玉焼き ブロッコリーのサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替 A	豚肉のホイコーロー さつま芋のレモン煮 ご飯 スープ デザート 623kcal /3.1g	カラスカレイの アーモンド焼き 餃子 ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	牛肉のスタミナ炒め 小松菜の柚子和え ご飯 スープ デザート 636kcal /3.0g	つばすの煮付け 白菜の柚香和え ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	豚肉の甘辛煮 もやしの紫蘇和え ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	さばの漬け焼き 人参の金平 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.1g	鶏肉の中華風炒め れんこんの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替 B	レタスとカニカマの チャーハン さつま芋のレモン煮 スープ デザート 580kcal /3.2g	ちゃんぽん麺 餃子 ご飯 デザート 590kcal /3.1g	シーフードピラフ 小松菜の柚子和え スープ デザート 574kcal /3.0g	かき揚げ丼 白菜の柚香和え 味噌汁 デザート 622kcal /3.2g	にしんそば もやしの紫蘇和え ゆかりご飯 デザート 592kcal /3.2g	イカ天うどん 人参の金平 菜飯 デザート 632kcal /3.0g	ねぎとろ丼 れんこんの煮物 味噌汁 デザート 621kcal /3.1g
夕食	日替 A	真あじフライと エビフライ 大根の炊き合わせ ツナと胡瓜の生姜和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	ぶりの照り焼き 鶏つくねの旨煮 オクラのとろろ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.3g	さんまの塩焼き きのこのソテー 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	まぐろステーキ 山葵ソース 焼ビーフン 刺身こんにやくと分葱めた ご飯 すまし汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g	うなぎの三色丼 信田巻きの旨含め煮 胡麻豆腐 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	平目の ハーブソルト焼き かぶと豚バラの甘辛炒め ほうれん草とコーンの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /3.4g	鱈の酒蒸し柚子風味 ★ふくさ焼き 和風あんかけ 浅漬け盛り合わせ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替 B	地鶏の利休焼き 大根の炊き合わせ ツナと胡瓜の生姜和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.2g	牛肉のすき煮 鶏つくねの旨煮 オクラのとろろ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.3g	イベリコ豚のステーキ きのこのソテー 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	煮込みハンバーグ 焼ビーフン 刺身こんにやくと分葱めた ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	酢鶏 信田巻きの旨含め煮 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	ローストビーフ かぶと豚バラの甘辛炒め ほうれん草とコーンの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.2g	茶美豚の寄せ鍋 ★ふくさ焼き 和風あんかけ 浅漬け盛り合わせ ご飯 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 12月6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