



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28日(月)～12月4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。

		28日(月)	29日(火)	30日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
朝食	和食	高野豆腐の炊き合わせ 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	鶏肉と高菜の炒め物 蒟の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	ごぼ天の旨煮 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	目玉焼きと粉ふき芋 胡瓜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	青菜粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	いわしつみれと野菜の煮物 じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	蒸し鶏ときのこの玉子とじ ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	ほうれん草とウインナーの玉子炒め カリフラワーのサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	サンドイッチ ミネストローネ ミルク デザート 504kcal /3.0g	ハムとじゃが芋のマヨ焼き 野菜炒め パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	ベーコンと野菜のカレー炒め グリーンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	オムレツ クリームソース トマトサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	ホットケーキ 具沢山ポトフ ミルク デザート 510kcal /3.0g	肉団子と野菜のトマト煮 シーザーサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	チンジャオロース ポテトサラダ ご飯 スープ デザート 623kcal /3.0g	カレイの煮付け 筍の土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	ピーマンの肉詰め もやしナムル ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	鯖の味噌煮 青梗菜のなめ茸和え ご飯 すまし汁 デザート 612kcal /3.0g	鶏肉の漬け焼き ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	八宝菜 春雨の中華和え ご飯 スープ デザート 589kcal /3.0g	豚肉豆腐 ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B	★シーフードペペロンチーノ ポテトサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 580kcal /3.0g	野菜たっぷり塩ラーメン 筍の土佐煮 ご飯 デザート 590kcal /3.1g	豚キムチ温玉丼 もやしナムル 味噌汁 デザート 632kcal /3.0g	柚子おぼろ昆布うどん 青梗菜のなめ茸和え 梅ちりめんご飯 デザート 622kcal /3.2g	鮭とコーンのピラフ ブロッコリーの粒マスタード和え スープ デザート 592kcal /3.2g	木の葉丼 春雨の中華和え ご飯 スープ デザート 632kcal /3.0g	かき揚げ蕎麦 ひじきの煮物 菜飯 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替A	ぶり大根 栗と南瓜の煮物 かぶなます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	糸より鯛の白ワイン蒸し 穴子入りだし巻き玉子 わかめと胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	サーモンのムニエルタルタルソース アスパラとイカの炒め物 しろ菜の柚子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	お造り盛り合わせ 茶碗蒸し ほうれん草のお浸し 赤飯 赤だし 漬物 デザート 724kcal /2.9g	かんぱちの照り焼き 小松菜とベーコンのソテー 温泉玉子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	真鯛の塩焼き 厚揚げと舞茸の煮物 タコ酢 ご飯 粕汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	鱈の唐揚げ 七彩ひろうすの煮物 白菜のおかか和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替B	豚肉の有馬山椒焼き 栗と南瓜の煮物 かぶなます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	牛肉と野菜のオイスター炒め 穴子入りだし巻き玉子 わかめと胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	鶏肉の西京焼き アスパラとイカの炒め物 しろ菜の柚子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	豚カツ 茶碗蒸し ほうれん草のお浸し 赤飯 赤だし 漬物 デザート 688kcal /3.1g	すき焼き鍋 小松菜とベーコンのソテー 温泉玉子 ご飯 漬物 デザート 689kcal /3.0g	地鶏のホイル包み 厚揚げと舞茸の煮物 タコ酢 ご飯 粕汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	牛肉と野菜の朴葉味噌焼き 七彩ひろうすの煮物 白菜のおかか和え ご飯 すまし汁 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22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