



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!

パストラル尼崎

2月13日(月)~2月19日(日)

		13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)
朝食	和食	麦とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	明太入りだし巻き玉子 たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	ツナと野菜の炒め物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	笹かまぼこと焼きししゃも いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	茶粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	赤魚の照り煮 キャベツの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	小海老とみつばの玉子とじ 青梗菜の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	チーズオムレット 海藻サラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ミニハンバーグと温野菜 胡瓜のサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	ロールパンサンド ポタージュース ミルク デザート 510kcal /3.0g	ベーコンエッグ ブロッコリーのサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	茶美豚バジルとチーズのソーセージ コーンサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	フレンチトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	ミートボールのトマト煮 青梗菜の炒め物 パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	つばすの山椒煮 かぼちゃのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 623kcal /3.0g	チキンソテーオニオンソース 餃子 ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	ほっけの開き しろなの胡麻和え ご飯 スープ デザート 636kcal /3.0g	豚肉みぞれ煮 蒟蒻の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	八宝菜 もやしの中華和え ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	チンジャオロース れんこんの煮物 ご飯 スープ デザート 589kcal /3.0g	鯖の塩焼き 山菜のナムル ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B	ポークカレー かぼちゃのサラダ 福神漬け デザート 580kcal /3.0g	担々麺 餃子 ご飯 デザート 590kcal /3.1g	五目ピラフ しろなの胡麻和え スープ デザート 574kcal /3.0g	巻き寿司と★野菜入りいなり寿司 蒟蒻の煮物 味噌汁 デザート 622kcal /3.2g	かき揚げ蕎麦 もやしの中華和え 菜飯 デザート 592kcal /3.2g	稲庭うどん れんこんの煮物 梅ちりめんご飯 デザート 632kcal /3.0g	豚キムチチャーハン 山菜のナムル 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替A	かんぱちの雲丹味噌焼き 茄子のそぼろ煮 パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	うなぎの三色丼 白菜とさつまあげの煮浸し オクラとイカの梅肉和え 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	海老と春野菜の天ぷら 春雨と小柱の炒め物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	鯖の酒蒸し柚子風味 かぶと湯葉の炊き合わせ 蛸烏賊の辛子味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g	ぶりの塩麴焼き ビーフン炒め 春菊のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	お造り二種盛り アスパラとベーコンのソテー 長芋ともずくの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	サーモンのマッシュポテト焼き 大根の海老あんかけ 小松菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替B	牛ミルフィーユカツ 茄子のそぼろ煮 パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	豚肉と玉子の甘辛煮 白菜とさつまあげの煮浸し オクラとイカの梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	鶏肉のグリルトマトソースがけ 春雨と小柱の炒め物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	牛肉の柳川煮 かぶと湯葉の炊き合わせ 蛸烏賊の辛子味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	豚肉の味噌ちゃんこ鍋 ビーフン炒め 春菊のすだち和え ご飯 漬物 デザート 689kcal /3.0g	チキンカツ アスパラとベーコンのソテー 長芋ともずくの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	牛肉のすき煮 大根の海老あんかけ 小松菜の和え物 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 2月7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

