



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20日(月)～2月26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。

		20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)
朝食	和食	筑前煮 わかめの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal / 2.8g	さつまあげの玉子とじ キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal / 3.0g	鶏肉と高菜の炒め物 もやしのと和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal / 2.8g	玉子粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 2.9g	さんまの生姜煮 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g	目玉焼きと野菜炒め トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal / 3.0g	具沢山豚汁 ブロッコリーの海苔和え ご飯 漬物 デザート 469kcal / 3.0g
	洋食	ハムエッグ 海藻サラダ パン ミルク デザート 522kcal / 3.0g	鱈のチーズ焼き コールスローサラダ パン ミルク デザート 504kcal / 3.0g	★ホットサンド (ツナコーンマヨ) ミネストローネ ミルク デザート 510kcal / 3.0g	ウインナーと野菜のソテー マカロニサラダ パン ミルク デザート 512kcal / 2.9g	ロールキャベツのトマト煮 グリーンサラダ パン ミルク デザート 532kcal / 3.3g	クリームパンとあんぱん 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510kcal / 3.0g	オムレツと温野菜 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	ピーマンの肉詰め 春雨の中華和え ご飯 味噌汁 デザート 623kcal / 3.0g	カラスカレイのハーブグリル 筍の若竹煮 ご飯 味噌汁 デザート 592kcal / 2.9g	豚肉の時雨煮 蒟のおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 636kcal / 3.0g	エビチリ しろなのナムル ご飯 中華スープ デザート 612kcal / 3.0g	牛肉のスタミナ炒め れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 612kcal / 3.0g	アジフライ 切干大根煮 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal / 3.0g	鶏肉のちゃんちゃん焼き いんげんの胡麻和え ご飯 スープ デザート 562kcal / 3.0g
	日替B	塩ラーメン 春雨の中華和え ご飯 デザート 580kcal / 3.0g	牛丼 筍の若竹煮 味噌汁 デザート 590kcal / 3.1g	温玉とろろそば 蒟のおかか和え ふりかけご飯 デザート 574kcal / 3.0g	カレーうどん しろなのナムル ご飯 デザート 622kcal / 3.2g	レタスとカニカマのチャーハン れんこんサラダ スープ デザート 592kcal / 3.2g	三色丼(そぼろ・玉子・青菜) 切干大根煮 味噌汁 デザート 632kcal / 3.0g	ナポリタンスパゲティ いんげんの胡麻和え ご飯 スープ デザート 631kcal / 3.1g
夕食	日替A	ぶりの竜田揚げ 焼き茄子生姜あんかけ 春菊と湯葉の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal / 3.0g	鯛の幽庵焼き 小芋と厚揚げの炊き合わせ 胡瓜とタコの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	鱈の酒粕焼き さつま芋のいとこ煮 わかさぎの南蛮漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal / 3.0g	平目の白ワイン蒸し 卵の花 白菜と鶏ささみの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal / 2.9g	松花堂 2月16日(木)に 掲示致します。	銀鮭とじゃが芋のグラタン アスパラのたらこ炒め 長芋の山葵和え ご飯 スープ 漬物 デザート 673kcal / 2.9g	★海鮮鍋 ほうれん草とベーコンの炒め物 かぼちゃとくるみのサラダ ご飯 漬物 デザート 675kcal / 3.0g
	日替B	蒸し豚と温野菜ごまだれかけ 焼き茄子生姜あんかけ 春菊と湯葉の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal / 3.1g	鶏肉と野菜の天ぷら 小芋と厚揚げの炊き合わせ 胡瓜とタコの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal / 3.0g	牛肉のサイコロステーキ さつま芋のいとこ煮 わかさぎの南蛮漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal / 3.0g	和風おろしハンバーグ 卵の花 白菜と鶏ささみの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal / 3.1g	鶏肉二種焼き(黒胡椒・梅しそ) アスパラのたらこ炒め 長芋の山葵和え ご飯 スープ 漬物 デザート 700kcal / 3.1g	牛肉の赤ワイン煮 ほうれん草とベーコンの炒め物 かぼちゃとくるみのサラダ 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 2月14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