



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6日(月)～2月12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。

		6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
朝食	和食	カニカマ入り だし巻き玉子 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	赤魚の漬焼 キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	高野豆腐の玉子とじ いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	しらす粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	小海老と野菜の 玉子炒め 白菜のおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	ロールキャベツの旨煮 しろなの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	巢ごもり玉子 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	ミートボールの クリーム煮 野菜炒め パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	★ホット玉子サンド 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 504kcal /3.0g	ジャーマンポテト シーザーサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	野菜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 512kcal /2.9g	鱈のマヨネーズ焼き グリーンサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	スパニッシュオムレツ コールスローサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	ピザトースト コーンスープ ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	麻婆豆腐 春巻き ご飯 中華スープ デザート 623kcal /3.0g	カラスカレイの アーモンド焼き 春菊の胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 582kcal /2.9g	鶏肉の治部煮 ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 596kcal /3.0g	鯖の味噌煮 ふきの土佐煮 ご飯 すまし汁 デザート 582kcal /3.0g	ポークチャップ サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 592kcal /3.0g	白身フライ 春雨の中華和え ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	牛肉の甘辛煮 里芋の唐揚げ ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B	味噌ラーメン 春巻き ご飯 デザート 580kcal /3.0g	梅こんぶうどん 春菊の胡麻和え 菜飯 デザート 590kcal /3.1g	お好み焼き ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 594kcal /3.0g	★山かけ豚丼 ふきの土佐煮 すまし汁 デザート 602kcal /3.2g	スパゲティ カルボナーラ サイコロサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 585kcal /3.2g	チキンガーリック チャーハン 春雨の中華和え スープ デザート 582kcal /3.0g	ソース焼きそば 里芋の唐揚げ ご飯 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替A	マグロフライ ピーマンと貝柱の塩炒め 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 708kcal /3.0g	ぶりの煮付け れんこんの金平 タコとわけぎのめた和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	丸あじの姿焼き 牛肉とごぼうの炒め物 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 692kcal /3.0g	海鮮カルパッチョ スナップエンドウとベーコンのソテー ほうれん草のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /2.9g	平日のグリル 香味野菜ソース 千草玉子 オクラとめかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 707kcal /3.0g	鯛の荒煮(身・カマ) ★大根焚き トマトの三杯酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	銀鮭の塩焼き 小松菜の山椒炒め 胡瓜とツナの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替B	ビーフシチュー ピーマンと貝柱の塩炒め 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 漬物 デザート 680kcal /3.1g	おでん(鍋) れんこんの金平 タコとわけぎのめた和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 695kcal /3.0g	豚ロースの 生姜焼き 牛肉とごぼうの炒め物 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.0g	メンチカツ スナップエンドウとベーコンのソテー ほうれん草のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.1g	牛肉の野菜巻き 千草玉子 オクラとめかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	豚肉の黒胡椒焼き 温玉ソース ★大根焚き トマトの三杯酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	鶏肉とトマトのグラタン 小松菜の山椒炒め 胡瓜とツナの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /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 1月31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