



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

5月1日(月)～5月7日(日)

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)
朝食	和食 おにぎり(鮭・梅) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	平天と野菜の 玉子とじ 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	鱈入り煮奴 キャベツの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	★高菜入り だし巻き玉子 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	赤魚の煮付け もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	青菜粥 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	豆腐のふわふわ寄せ もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食 ブロッコリーとベーコン のクリーム煮 コーンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ロールパンサンド コンソメスープ ミルク デザート 504kcal /3.0g	チーズオムレツ 温野菜サラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	海老と野菜のソテー シーザーサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	フレンチトースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート	鶏肉と野菜の マスタード炒め 豆腐のサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	スクランブルエッグ 海藻サラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A 麻婆豆腐 春巻き ご飯 スープ デザート 623kcal /3.0g	ほっけの開き いんげんの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	チキンソテー 胡麻ソース さつま芋煮 ご飯 味噌汁 デザート 636kcal /3.0g	鯖の塩焼き ピーマンの炒め物 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	肉じゃが ブロッコリーのピーナツ和え ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	つばすの梅煮 ごぼうのサラダ ご飯 スープ デザート 589kcal /3.0g	豚肉の生姜焼き しろなのなめたけ和え ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B ちゃんぽん麺 春巻き ご飯 デザート 605kcal /3.0g	焼き鶏井 いんげんの胡麻和え 味噌汁 デザート 590kcal /3.1g	稲庭うどん さつま芋煮 菜飯 デザート 574kcal /3.0g	角煮チャーハン ピーマンの炒め物 ゆかりご飯 デザート 622kcal /3.2g	けんちんそば ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁 デザート 592kcal /3.2g	ベーコンと新玉ねぎの ペペロンチーノ ごぼうのサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 632kcal /3.0g	ネギトロ巻きと いなり寿司 しろなのなめたけ和え 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替A ぶりの 雲丹味噌焼き 豚肉とひじきの煮物 春菊の柚子和え 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	サーモンのムニエル 里芋の唐揚げ タコの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	鯛のさらさ蒸し 若竹煮 ほうれん草の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	平目のみぞれ煮 茄子の肉味噌炒め トマトとしそのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /2.9g	子供の日 ワンプレートメニュー エビフライ ミニハンバーグ ナポリタン スパニッシュオムレツ ミニサラダ ご飯 スープ デザート 689kcal /3.0g	鯖の菜種焼き 野菜チヂミ 春雨の華風和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	すずきの あられ揚げ 小松菜とじゃこの炒め物 白菜とリンゴのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695kcal /3.0g
	日替B チキン南蛮 タルタルソース 豚肉とひじきの煮物 春菊の柚子和え 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	豚肉のちゃんこ煮 里芋の唐揚げ タコの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	牛ミルフィーユカツ 若竹煮 ほうれん草の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	豚肉の黒胡椒焼き 茄子の肉味噌炒め トマトとしそのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 724kcal /3.1g	牛肉と帆立の 五目炒め 野菜チヂミ 春雨の華風和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	鶏肉の葱塩焼き 小松菜とじゃこの炒め物 白菜とリンゴのサラダ 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 4月25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