



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!

パストラル加古川
7月9日(日)~7月15日(土)



	9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
朝食	朝A定食 肉団子の旨煮 ふきのピーナッツ和え フルーツ ご飯 みそ汁 484kcal/2.8g	朝A定食 鰯の干物 じゃが芋と三つ葉の和え物 らっきょう漬け ご飯 みそ汁 413kcal/3.1g	朝A定食 笹かまの煮物 カリフラワーの和ドレ和え 納豆 ご飯 みそ汁 399kcal/2.3g	朝A定食 海苔入り 出し巻き玉子 玉葱の甘辛煮 梅干し ご飯 みそ汁 477kcal/2.6g	朝A定食 鮭の塩焼き インゲンとコーンの和え物 納豆 ご飯 みそ汁 414kcal/2.9g	朝A定食 高野豆腐の含め煮 ブロッコリーサラダ フルーツ ご飯 みそ汁 420kcal/2.9g	朝A定食 三種盛り(海老) 大根なます ふりかけ ご飯 みそ汁 427kcal/2.8g
	朝B定食 ハムステーキと スパゲティサラダ フルーツ ロールパン ミルク 468kcal/3.1g	朝B定食 ポトフ ヨーグルト ホットケーキ ミルク 453kcal/3.0g	朝B定食 ハムとトマトの ココット カリフラワーの和ドレ和え フルーツ イギリスパン ミルク 498kcal/2.6g	朝B定食 彩りスクランブルエッグ オニオンサラダ チーズ トースト ミルク 513kcal/2.7g	朝B定食 ジャーマンポテト インゲンとコーンの和え物 フルーツ ロールパン ミルク 489kcal/2.8g	朝B定食 具たくさん豆スープ ブロッコリーサラダ フルーツ イギリスパン ミルク 442kcal/2.9g	朝B定食 ベーコンエッグと 海藻サラダ ヨーグルト トースト ミルク 512kcal/2.9g
昼食	昼A定食 コロッケ2種盛り ピーマンの時雨煮 白菜の甘酢和え ご飯 みそ汁 551kcal/3.0g	昼A定食 豚肉の ニラもやし炒め 長芋の白煮 フルーツ ご飯 かきたま汁 431kcal/3.2g	昼A定食 白身魚のマヨ焼き たたき胡瓜 フルーツ ご飯 みそ汁 493kcal/3.2g	ご当地メニュー ♪佐賀県名物 シシリアンライス 人参の金平 コーンスープ 569kcal/3.3g	昼A定食 鰯の味噌煮 ほうれん草の錦糸和え オレンジゼリー ご飯 すまし汁 430kcal/3.1g	昼A定食 赤魚の照り焼き しろ菜の昆布和え フルーツ ご飯 すまし汁 481kcal/3.0g	昼A定食 豚肉と焼き豆腐の 旨煮 にらのお浸し フルーツ ご飯 すまし汁 423kcal/3.0g
	昼B定食 ばくだん丼 ピーマンの時雨煮 白菜の甘酢和え みそ汁 507kcal/3.1g	昼B定食 シーフードピラフ 長芋の白煮 フルーツ かきたま汁 541kcal/2.9g	昼B定食 ☆焼きうどん たたき胡瓜 フルーツ みそ汁 506kcal/3.1g	昼B定食 人参の金平 コーンスープ 569kcal/3.3g	昼B定食 稲庭うどんと かつぱ巻き ほうれん草の錦糸和え オレンジゼリー 523kcal/3.3g	昼B定食 温玉肉そば しろ菜の昆布和え フルーツ 434kcal/3.0g	昼B定食 ☆冷やし中華 餃子 にらのお浸し 506kcal/3.3g
夕食	夕A定食 鯛のうに焼き ほうれん草のソテー 変わり奴 ご飯 すまし汁 果物 516kcal/3.3g	夕A定食 銚子産鯖フライ 根菜煮 焼き茄子 ご飯 みそ汁 デザート 600kcal/3.0g	夕A定食 鶏肉の柚子胡椒焼き 冬瓜のかにかまあんかけ 野菜のピクルス ご飯 すまし汁 果物 601kcal/3.0g	夕A定食 ブリの塩焼き ひじき煮 南瓜とくるみのサラダ ご飯 みそ汁 果物 531kcal/3.1g	夕A定食 鶏肉の粕漬け焼き 牛蒡の炒り煮 菊菜の辛子和え ご飯 みそ汁 果物 595kcal/2.9g	夕A定食 豚肉の おろしポン酢 卵ときくらげの炒め物 豆苗ときのこの和え物 ご飯 みそ汁 漬物 デザート 553kcal/3.0g	夕A定食 鱈の煮付け がんもの炊き合わせ キャベツの柚子和え ご飯 みそ汁 漬物 果物 569kcal/3.1g
	夕B定食 チキンピカタ ほうれん草のソテー 変わり奴 ご飯 すまし汁 果物 585kcal/3.2g	夕B定食 牛肉の朴葉焼き 根菜煮 焼き茄子 ご飯 みそ汁 デザート 522kcal/3.1g	夕B定食 カレイの煮付け 冬瓜のかにかまあんかけ 野菜のピクルス ご飯 すまし汁 果物 583kcal/3.0g	夕B定食 豚肉のトマト煮込み ひじき煮 南瓜とくるみのサラダ ご飯 みそ汁 果物 563kcal/3.0g	夕B定食 海鮮八宝菜 牛蒡の炒り煮 菊菜の辛子和え ご飯 みそ汁 果物 541kcal/3.1g	夕B定食 めばるのから揚げ 山菜あんかけ 卵ときくらげの炒め物 豆苗ときのこの和え物 ご飯 みそ汁 デザート 622kcal/3.0g	夕B定食 ☆ハンバーグ デミグラスソース コールスローサラダ フルーツ2種盛り ご飯 コンソメスープ 607kcal/3.3g

食事予約表は 7月3日(月) 午後5時までにご提出下さい。
予約変更は前日11時までにお申し付け下さい。

☆印はおすすめメニュー、♪印は新メニューです。



心をこめて Smile & Speedy

ハーベスト株式会社