



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  
6月12日(月)~6月18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。

	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)
朝食	和食 いわしつみれの煮物 わかめの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /2.9g	鶏肉と野菜の カレー炒め もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 463kcal /3.0g	ミニおでん 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 501kcal /2.9g	おにぎり(梅・鮭) おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /2.9g	巣ごもり卵 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480kcal /3.0g	さつま揚げと野菜 の旨煮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473kcal /3.0g	目玉焼きと温野菜 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.0g
	洋食 鱈のタルタル焼き 海藻サラダ パン ミルク デザート 518kcal /3.0g	ロールパンサンド 具沢山コーンスープ ミルク デザート 525kcal /3.0g	お好み焼き風 オムレツ マカロニサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	チキンナゲットと 野菜のソテー イタリアンサラダ パン ミルク デザート 520kcal /2.9g	茶美豚バジルと チーズのソーセージ ほうれん草のソテー パン ミルク デザート 518kcal /3.0g	シュガーバター トースト ミネストローネ ミルク デザート 510kcal /3.0g	南瓜と貝柱の クリーム煮 野菜炒め パン ミルク デザート 502kcal /2.9g
昼食	日替A 豚肉のピカタ ブロッコリーのピーナッツ和え ご飯 すまし汁 デザート 597kcal /3.0g	あじの南蛮漬け れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 601kcal /3.0g	鶏のつくね焼き 長芋の山葵和え ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	つばすの山椒煮 筍のおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 599kcal /3.0g	牛肉豆腐 しる菜の柚子和え ご飯 味噌汁 デザート 588kcal /3.0g	カラスカレイの 明太マヨ焼き 餃子 ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	豚肉の甘辛炒め レタスとミカンのサラダ ご飯 スープ デザート 578kcal /3.0g
	日替B ぶっかけ冷やし とろろそば ブロッコリーのピーナッツ和え 菜飯 デザート 525kcal /3.0g	ハヤシライス れんこんサラダ 福神漬け デザート 600kcal /3.1g	ちゃんぽん麺 長芋の山葵和え ご飯 デザート 602kcal /3.1g	木の葉丼 筍のおかか和え 味噌汁 デザート 621kcal /3.2g	稲庭うどん しる菜の柚子和え ご飯 デザート 592kcal /3.2g	レタスとカニカマの チャーハン 餃子 スープ デザート 589kcal /3.0g	加納の ミートソーススパゲ ティ レタスとミカンのサラダ ご飯 スープ デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替A すずきの塩麴焼き ささみとごぼうの炒め物 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	鱈のさらさ蒸し 揚げ出し豆腐 キャベツと茗荷のもみ漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g	紫陽花御膳 天ぶら盛り合わせ 信田巻きの炊き合わせ スモークサーモンのマリネ 新生姜ご飯 味噌汁 漬物 デザート 703kcal /3.0g	マグロステーキ 切干大根の煮物 イカオクラ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /3.0g	海老フライ玉子とじ丼 ゴーヤとツナの炒め物 ポテトサラダ 味噌汁 漬物 デザート 725kcal /3.0g	銀鮭の幽庵焼き 里芋と生麩の田楽 青梗菜と桜海老のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /3.0g	鯛のハーブソルト焼き 小松菜と油揚げの煮浸し 刺身こんにやくの梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.0g
	日替B 和風おろしハンバーグ ささみとごぼうの炒め物 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 721kcal /3.1g	プルコギ (韓国風牛肉炒め) 揚げ出し豆腐 キャベツと茗荷のもみ漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	豚しゃぶと蒸し野菜の 胡麻ポン酢 切干大根の煮物 イカオクラ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /3.0g	鶏肉の利休焼き ゴーヤとツナの炒め物 ポテトサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g	豚肉の ミルフィーユカツ 里芋と生麩の田楽 青梗菜と桜海老のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	牛肉の柳川煮 小松菜と油揚げの煮浸し 刺身こんにやくの梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 726kcal /3.0g	

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 6月6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