



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19日(月)～6月25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。

		19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)
朝食	和食	とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 475kcal /2.8g	竹輪と野菜の炒り煮 いんげんのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	葱入りだし巻き玉子 ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 477kcal /2.8g	赤魚の照り焼き しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /2.9g	ロールキャベツの煮物 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 483kcal /3.0g	高野豆腐の玉子とじ キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 470kcal /3.0g	ごぼ天の旨煮 蒟の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /3.0g
	洋食	ハムエッグ グリーンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	ホットサンド チャウダースープ ミルク デザート 520kcal /3.0g	鱈のカレー焼き ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 515kcal /3.0g	スパニッシュオムレツ しろ菜のソテー パン ミルク デザート 522kcal /2.9g	★明太チーズトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 518kcal /3.3g	ウインナーと野菜の炒め物 コールスローサラダ パン ミルク デザート 520kcal /3.0g	海老のオーロラソース シーザーサラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.0g
昼食	日替A	ほっけの開き れんこんの金平 ご飯 味噌汁 デザート 586kcal /3.0g	鶏肉の漬け焼き ほうれん草の柚子和え ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /3.0g	鯖の生姜煮 筍の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	豚肉のニラもやし炒め 竹輪の磯辺揚げ ご飯 味噌汁 デザート 603kcal /3.0g	白身魚の甘酢あんかけ 大根の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 588kcal /3.0g	ピーマンの肉詰め ごぼうサラダ ご飯 味噌汁 デザート 591kcal /3.0g	カラスカレイの梅しそ焼き 温野菜サラダ ご飯 スープ デザート 562kcal /3.0g
	日替B	五目にゆうめん れんこんの金平 ゆかりご飯 デザート 571kcal /3.0g	にしんそば ほうれん草の柚子和え ご飯 デザート 570kcal /3.1g	ビビンバ丼 筍の煮物 味噌汁 デザート 584kcal /3.0g	サラダうどん 竹輪の磯辺揚げ ふりかけご飯 デザート 588kcal /3.2g	醤油ラーメン 大根の煮物 ご飯 デザート 610kcal /3.2g	散らし寿司 ごぼうサラダ 味噌汁 デザート 615kcal /3.0g	オムライス 温野菜サラダ スープ デザート 577kcal /3.0g
夕食	日替A	ぶりの雲丹味噌焼き エンドウ豆の卵とじ 南瓜とクルミのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 697kcal /3.0g	松花堂	銀鮭の漬け焼き 小松菜とじゃこの炒め物 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695kcal /3.0g	いさきの塩焼き さつま芋のいとこ煮 冷奴 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g	鯛の荒煮(身・カマ) 野菜チヂミ 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	平目のムニエル レモンバターソース ゴーヤのおかか炒め スナップエンドウのツナマヨ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 702kcal /3.0g	すずきのあられ揚げ ビーフン炒め 蒸し鶏と胡瓜のごまだれ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g
	日替B	豚肉と餃子のちゃんこ煮 エンドウ豆の卵とじ 南瓜とクルミのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	6月12日(月)に 掲示致します。 	チキン南蛮 タルタルソース添え 小松菜とじゃこの炒め物 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 713kcal /3.0g	牛肉のすき煮 さつま芋のいとこ煮 冷奴 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715kcal /3.0g	豚肉とイカの中華炒め 野菜チヂミ 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 703kcal /3.0g	鶏肉のちゃんちゃん焼き ゴーヤのおかか炒め スナップエンドウのツナマヨ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	牛肉のアスパラ巻き ビーフン炒め 蒸し鶏と胡瓜のごまだれ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 729kcal /3.1g

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13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