



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

8月28日(月)～9月3日(日)

		28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝食	和食	<b>高野豆腐の玉子とじ</b> 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 483kcal /2.8g	<b>鶏団子と野菜の旨煮</b> ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /3.0g	<b>ミニおでん</b> 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.9g	<b>明太入りだし巻き玉子</b> 落の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /2.8g	<b>けんちん汁</b> いんげんのピーナッツ和え ご飯 漬物 デザート 479kcal /3.0g	<b>小柱と三つ葉の玉子とじ</b> じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	<b>高菜粥</b> お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	<b>ミニグラタンと温野菜</b> 青梗菜のソテー パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	<b>サンドイッチ(ポテトサラダ・玉子)</b> 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 524kcal /3.0g	<b>野菜オムレツ</b> コーンサラダ パン ミルク デザート 514kcal /3.0g	<b>鱈のカレーグリル</b> イタリアンサラダ パン ミルク デザート 513kcal /2.9g	<b>ベーコン野菜ソテーとハッシュドポテト</b> いんげんのピーナッツ和え パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	<b>ホットドッグ</b> チャウダースープ ミルク デザート 525kcal /3.0g	<b>スクランブルエッグ</b> 温野菜サラダ パン ミルク デザート 508kcal /3.0g
昼食	日替A	<b>ピーマンの肉詰め</b> レタスとみかんのサラダ ご飯 スープ デザート 602kcal /3.0g	<b>鯖の漬け焼き</b> 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /2.9g	<b>鶏肉の南蛮漬け</b> ごぼうサラダ ご飯 味噌汁 デザート 606kcal /3.0g	<b>カラスカレイのバジル焼き</b> 竹輪の磯辺揚げ ご飯 スープ デザート 582kcal /3.0g	<b>牛肉のポン酢炒め</b> キャベツの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /3.0g	<b>つばすの味噌煮</b> たたき胡瓜 ご飯 すまし汁 デザート 579kcal /3.0g	<b>豚肉のニラ玉炒め</b> 小松菜の柚子和え ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /3.0g
	日替B	<b>★冷製豚しゃぶパスタ</b> レタスとみかんのサラダ ゆかりご飯 スープ デザート 576kcal /3.0g	<b>豚肉のスタミナ丼</b> 五目煮豆 味噌汁 デザート 591kcal /3.0g	<b>肉うどん</b> ごぼうサラダ 菜飯 デザート 584kcal /3.1g	<b>ビビンバチャーハン</b> 竹輪の磯辺揚げ スープ デザート 592kcal /3.0g	<b>塩ラーメン</b> キャベツの胡麻和え ふりかけご飯 デザート 582kcal /3.1g	<b>お好み焼き</b> たたき胡瓜 ご飯 すまし汁 デザート 612kcal /3.0g	<b>助六寿司</b> 小松菜の柚子和え 味噌汁 デザート 591kcal /3.1g
夕食	日替A	<b>鱈の幽庵焼き</b> 万願寺のちりめん山椒炒め 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	<b>★海老フライ 沢庵タルタルソース添え</b> 茄子田楽 もやしとワカメの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	<b>ぶりの塩焼き</b> ゴーヤと玉子の炒め物 長芋の刻み山葵和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 672kcal /3.0g	<b>平目のレモン蒸し</b> 大根の和風あんかけ 春菊のしらす和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.1g	<b>銀鮭の照り焼き</b> 厚揚げのそぼろ煮 オクラのなめ茸和え 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 677kcal /3.0g	<b>鯛の煮付け</b> 人参しりしり ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683kcal /2.9g	<b>かんぱちの西京焼き</b> 卵の花 白菜の塩昆布和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 685kcal /3.1g
	日替B	<b>牛肉の柳川煮</b> 万願寺のちりめん山椒炒め 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 709kcal /3.0g	<b>鶏肉の香草パン粉焼き</b> 茄子田楽 もやしとワカメの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 692kcal /3.0g	<b>豚肉と野菜の塩ちゃんこ煮</b> ゴーヤと玉子の炒め物 長芋の刻み山葵和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g	<b>牛肉のアスパラ巻き</b> 大根の和風あんかけ 春菊のしらす和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /3.0g	<b>豚カツ</b> 厚揚げのそぼろ煮 オクラのなめ茸和え 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 719kcal /3.1g	<b>チキンと焼きトマトのグラタン</b> 人参しりしり ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 696kcal /3.0g	<b>牛肉と野菜の甘辛煮</b> 卵の花 白菜の塩昆布和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 702kcal /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 8月22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