



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
9月4日(月)～9月10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。

		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝食	和食	千草玉子 しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492kcal /2.9g	赤魚の煮付け キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	鶏肉の高菜炒め わかめの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.9g	巢ごもり卵 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	ロールキャベツの旨煮 落の香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /3.0g	さつま揚げと野菜の玉子とじ 小松菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 465kcal /3.0g	おにぎり(ゆかり・鮭) お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.0g
	洋食	魚介のトマト煮 シーザーサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	ホットケーキ 具沢山ポトフ ミルク デザート 524kcal /3.0g	お好み焼き風オムレツ 海藻サラダ パン ミルク デザート 514kcal /3.0g	ジャーマンポテト グリーンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ツナマヨチーズトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 515kcal /3.1g	ミニハンバーグと温野菜 小松菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート 531kcal /3.0g	目玉焼きとじゃがバター 枝豆サラダ パン ミルク デザート 501kcal /3.0g
昼食	日替A	鯖の生姜煮 オクラのおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 573kcal /3.0g	タンドリーチキン もやしのナムル ご飯 スープ デザート 582kcal /2.9g	鰯の南蛮漬け 筍の土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 576kcal /3.1g	豚じゃが パプリカのマリネ ご飯 スープ デザート 601kcal /3.0g	つばすの山椒煮 れんこんサラダ ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.0g	牛肉とピーマンの細切り炒め ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 579kcal /3.0g	カラスカレイのパン粉焼き ほうれん草とコーンのソテー ご飯 ポタージュスープ デザート 590kcal /3.0g
	日替B	カレーそば オクラのおかか和え ご飯 デザート 586kcal /3.0g	きのこベーコンのピラフ もやしのナムル スープ デザート 591kcal /3.0g	ちくわ天うどん(温) 筍の土佐煮 菜飯 デザート 596kcal /3.1g	カルボナーラスパゲティ パプリカのマリネ ふりかけご飯 スープ デザート 592kcal /3.1g	中華丼 れんこんサラダ 味噌汁 デザート 612kcal /3.1g	★トマトと海老の冷製そうめん ブロッコリーの粒マスタード和え 梅ちりめんご飯 スープ デザート 582kcal /3.0g	★サンドイッチ(カツ・玉子) ほうれん草とコーンのソテー ポタージュスープ デザート 581kcal /3.1g
夕食	日替A	鯖の柚子胡椒焼き 牛肉とごぼうの金平 トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.0g	すずきのさらさ蒸し 小松菜と京揚げの煮浸し 南瓜とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	ぶりの塩焼き 厚揚げのオイスター炒め しめじと青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683kcal /3.0g	ミックスフライ 小柱と春雨の炒め物 胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /3.1g	鯛の雲丹味噌焼き 野菜チヂミ 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 669kcal /3.0g	かんぱち大根 アスパラとベーコンのソテー さつま芋サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /2.9g	漬けマグロの散らし寿司 茶碗蒸し 茄子と茗荷のもみ漬け 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g
	日替B	鶏肉と野菜の唐揚げ中華あんかけ 牛肉とごぼうの金平 トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 720kcal /3.1g	牛肉のミルフィーユカツ 小松菜と京揚げの煮浸し 南瓜とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 692kcal /3.0g	豚肉と温野菜のチーズソースがけ 厚揚げのオイスター炒め しめじと青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 696kcal /3.0g	鶏肉のホイル包み 小柱と春雨の炒め物 胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.1g	牛肉のすき煮 野菜チヂミ 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g	黒酢酢豚 アスパラとベーコンのソテー さつま芋サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /3.1g	鶏肉のカシューナッツ炒め 茶碗蒸し 茄子と茗荷のもみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /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 8月29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