



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

10月23日(月)～10月29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。

		23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝食	和食	だし巻き玉子 ピーマンの炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	小海老と野菜の炒め物 ブロッコリーの土佐和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	竹輪とグリーンピースの玉子とじ しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	ごぼ天の旨煮 キャベツの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 491kcal /2.9g	ミニおでん いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492kcal /3.0g	おにぎり(梅・鮭) お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 459kcal /3.0g	赤魚の煮付け めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g
	洋食	ロールキャベツのクリーム煮 シーザーサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	目玉焼きとじゃがバター ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	フレンチトースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	スクランブルエッグ コールスローサラダ パン ミルク デザート 509kcal /2.9g	チキンナゲットとハム野菜ソテー いんげんサラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.3g	★鶏そぼろオムレツ 青梗菜のソテー パン ミルク デザート 488kcal /3.0g	ホットサンド(玉子・ベーコンチーズ) コーンスープ ミルク デザート 488kcal /3.0g
昼食	日替A	鶏肉のくわ焼き 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 603kcal /3.0g	カラスカレイのバジル焼き 塩だれ胡瓜 ご飯 スープ デザート 586kcal /3.0g	豚肉のピカタ 里芋の甘辛煮 ご飯 スープ デザート 586kcal /3.0g	白身フライ れんこんサラダ ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.0g	牛肉のおろし煮 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 582kcal /3.0g	つばすの生姜煮 温野菜サラダ ご飯 スープ デザート 599kcal /3.0g	鶏肉の竜田揚げ 白菜のさっぱり和え ご飯 スープ デザート 596kcal /3.0g
	日替B	助六寿司 南瓜の煮物 味噌汁 デザート 602kcal /3.0g	醤油ラーメン 塩だれ胡瓜 ご飯 デザート 590kcal /3.1g	中華丼 里芋の甘辛煮 スープ デザート 584kcal /3.0g	ポークカレーライス れんこんサラダ 福神漬け デザート 602kcal /3.2g	きつねうどん 春菊のお浸し わかめご飯 デザート 592kcal /3.2g	レタスとかにかまのチャーハン 温野菜サラダ スープ デザート 589kcal /3.0g	カルボナーラスパゲティ 白菜のさっぱり和え ご飯 スープ デザート 601kcal /3.1g
夕食	日替A	鱈の酒蒸し和風あんかけ 小松菜とじゃこの煮浸し ポテトサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 610kcal /3.0g	松花堂 10月16日(月)に 掲示致します。	ぶりの幽庵焼き 野菜のコンソメ煮 わかさぎの南蛮漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.0g	かんぱちの山椒焼き いわしつみれの炊き合わせ ほうれん草のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 644kcal /2.9g	鯛のトマトソース煮 高野豆腐の煮物 オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 617kcal /3.0g	鮓子産サバフライ 筍とイカのソテー パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /2.9g	平目のムニエルきのこソース 焼き厚揚げ 中華くらの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695kcal /3.0g
	日替B	牛肉の柳川煮 小松菜とじゃこの煮浸し ポテトサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 687kcal /3.1g		鶏肉のグリル梅おろし添え 野菜のコンソメ煮 わかさぎの南蛮漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 704kcal /3.0g	牛肉と野菜のオイスター炒め いわしつみれの炊き合わせ ほうれん草のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	豚肉と野菜の唐揚げ甘酢あんかけ 高野豆腐の煮物 オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /3.0g	鶏肉の胡麻味噌焼き 筍とイカのソテー パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	牛肉と帆立の旨塩炒め 焼き厚揚げ 中華くらの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 706kcal /3.2g

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 10月17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