



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

11月6日(月)～11月12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。

		6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
朝食	和食	竹輪と枝豆の 玉子とじ 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	ロールキャベツの 旨煮 いんげんの黒ゴマよごし ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	貝柱と野菜の炒め物 めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	赤魚の照り焼き 大根の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	千草玉子 青梗菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 459kcal /3.0g	焼きししゃもと 焼きたらこ ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	高菜粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	魚介のクリーム煮 オニオンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ミートボールと野菜の ケチャップ炒め いんげんのサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	ホットケーキ 具沢山ポトフ ミルク デザート 510kcal /3.0g	目玉焼きとウインナー 大根サラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	ミニグラタンと 野菜のソテー 青梗菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート 521kcal /3.3g	ツナマヨチーズ トースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 532kcal /3.3g	ほうれん草とベーコン の玉子炒め シーザーサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替 A	豚肉のスタミナ炒め 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 623kcal /3.0g	さばの味噌煮 ピリ辛胡瓜 ご飯 すまし汁 デザート 636kcal /3.0g	タンドリーチキン れんこんの金平 ご飯 味噌汁 デザート 630kcal /3.0g	つばすの山椒煮 もやしのナムル ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	ピーマンの肉詰め キャベツの柚子和え ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	あじの梅しそ焼き 春雨サラダ ご飯 スープ デザート 589kcal /3.0g	肉じゃが ごぼうサラダ ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替 B	ハヤシライス 南瓜の煮物 福神漬け デザート 580kcal /3.0g	けんちんそば ピリ辛胡瓜 菜飯 デザート 574kcal /3.0g	野菜たっぷり 塩ラーメン れんこんの金平 ご飯 デザート 594kcal /3.0g	牛丼 もやしのナムル 味噌汁 デザート 622kcal /3.2g	★名古屋発祥 あんかけスパゲティ キャベツの柚子和え ご飯 スープ デザート 592kcal /3.2g	野沢菜チャーハン 春雨サラダ スープ デザート 632kcal /3.0g	かき揚げ丼 ごぼうサラダ 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替 A	銀鮭の西京焼き あったかポテトサラダ ゆでスナップエンドウ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	秋祭りメニュー 漬けマグロの 散らし寿司 二種盛り (たこ焼き・ フライドポテト) きのこことコーンの和え物 すまし汁 デザート 705kcal /3.0g	鱈の酒粕漬け焼き かぶと豚肉の柚子胡椒炒め 豆サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g	海老フライ 茄子のそぼろ煮 オクラのとろろかけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g	鯛のムニエル バター醤油ソース 里芋の唐揚げ ★しろ菜と錦糸卵の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	すずきの竜田揚げ 鶏肉とひじきの煮物 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673kcal /2.9g	ぶりの塩焼き 牛すじとこんにゃくの土手煮 小松菜の胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675kcal /3.0g
	日替 B	鶏肉と野菜の天ぷら あったかポテトサラダ ゆでスナップエンドウ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g	二種盛り (たこ焼き・ フライドポテト) きのこことコーンの和え物 すまし汁 デザート 705kcal /3.0g	牛すき鍋 かぶと豚肉のゆず胡椒炒め 豆サラダ ご飯 漬物 デザート 684kcal /3.0g	蒸し豚と温野菜の すだちポン酢 茄子のそぼろ煮 オクラのとろろかけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	鶏肉の葱塩焼き 里芋の唐揚げ ★しろ菜と錦糸卵の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	牛肉と野菜の甘辛煮 鶏肉とひじきの煮物 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	豚肉と厚揚げの さっぱり煮 牛すじとこんにゃくの土手煮 小松菜の胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 686kcal /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31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