



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!

パストラール加古川

12月31日(日)~1月6日(土)



2024

	31日(日)	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
朝食	朝A定食 さつま揚げの 含め煮 インゲンの胡麻よごし 味付けのり ご飯 みそ汁 400kcal/2.9g	謹賀新年 【おせち】 祝有頭海老 鰯の照り焼き 鯛の西京焼き 鮑煮貝・いか松笠 若鶏八幡巻・牛時雨煮 松風焼・帆立照り煮 昆布巻・たたきごぼう おさつ甘露・砵巻き	肉団子の旨煮 ブロッコリーのおかか和え フルーツ ご飯 みそ汁 418kcal/2.8g	鮭の塩焼き 小松菜のなめたけ和え 梅干し ご飯 みそ汁 413kcal/2.9g	鰯の開き 豆苗としめじの和え物 納豆 ご飯 みそ汁 421kcal/2.9g	ふくさ玉子 なめこおろし フルーツ ご飯 みそ汁 422kcal/2.8g	がんもの炊き合わせ 玉ねぎの和え物 オクラのポン酢和え ご飯 みそ汁 411kcal/2.8g
	朝B定食 ハムとトマトの ココット インゲンサラダ ヨーグルト トースト ミルク 433kcal/2.8g		ミートボール ブロッコリーのおかか和え フルーツ ロールパン ミルク 432kcal/2.8g	具たくさん豆スープ 小松菜のなめたけ和え フルーツ イギリスパン ミルク 437kcal/2.7g	クラムチャウダー 豆苗としめじの和え物 チーズ ロールパン ミルク 434kcal/2.9g	ウインナーのカレー ソテーとミニグラタン フルーツ イギリスパン ミルク 442kcal/2.8g	ポテのたらこマヨ焼と オクラサラダ ヨーグルト トースト ミルク 432kcal/2.8g
昼食	昼A定食 白身魚の照り煮 しろ菜のおかか和え フルーツ ご飯 みそ汁 493kcal/3.0g	黒豆・田作り 数の子・穂付き筍 寿高野・笹茶巾餅 ゆず釜なます・月光柿 伊達巻き・野菜テリーヌ 紅白かまぼこ 赤飯 雑煮 おせち+雑煮 4500円 雑煮のみ 380円 (税別) 	鶏肉の治部煮 ほうれん草の錦糸和え フルーツ ご飯 みそ汁 512kcal/3.0g	鰯の蒲焼き さつま芋サラダ フルーツ ご飯 みそ汁 524kcal/2.8g	☆鶏のから揚げ ふきの香和え グレープゼリー ご飯 みそ汁 535kcal/2.9g	ポークチャップ ごぼうサラダ フルーツ ご飯 みそ汁 456kcal/3.4g	鯖の味噌煮 里芋の田舎煮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 かきたま汁 550kcal/3.0g
	昼B定食 衣笠丼 ♪竹輪と人参の金平 しろ菜のおかか和え みそ汁 499kcal/3.0g		ツナときのこの 和風スパゲティ ほうれん草の錦糸和え フルーツ コンソメスープ 521kcal/3.1g	エビピラフ さつま芋サラダ フルーツ ポタージュスープ 503kcal/3.0g	おかめうどん ふきの香和え グレープゼリー 522kcal/3.4g	明太高菜丼 ごぼうサラダ フルーツ みそ汁 521kcal/3.0g	貝柱と野菜の かき揚げ 里芋の田舎煮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 かきたま汁 552kcal/3.0g
夕食	大晦日 年越しそば 筑前煮 小松菜の柚子和え 果物 ご飯 674kcal/3.4g	新春メニュー 新春ちらし寿司 牛肉と豆腐の煮物 春菊の菊花和え 赤だし デザート 701kcal/3.1g	めばるの煮付け 信田巻きの炊き合わせ 南瓜とくるみのサラダ ご飯 すまし汁 デザート 667kcal/3.0g	牛肉の柳川煮 アスパラと小柱の塩炒め 白菜梅肉和え ご飯 すまし汁 果物 667kcal/3.1g	☆ぶりの漬け焼き 五彩蒸しの銀あんかけ 水菜の辛子和え ご飯 すまし汁 果物 593kcal/3.0g	☆冬のおすすめ☆ 寄せ鍋 ニラもやし炒め まぐろの山掛け 果物 ご飯 631kcal/3.3g	鶏肉と玉子の甘辛煮 蓮根と海老の炒め物 わかめ酢 ご飯 すまし汁 果物 665kcal/3.3g
	夕B定食 豚ロースの生姜焼き 信田巻きの炊き合わせ 南瓜とくるみのサラダ ご飯 すまし汁 デザート 624kcal/3.0g	カレーときのこの ホイル包み アスパラと小柱の塩炒め 白菜梅肉和え ご飯 すまし汁 果物 633kcal/3.2g	豚肉と野菜の チーズソースかけ 五彩蒸しの銀あんかけ 水菜の辛子和え ご飯 すまし汁 果物 669kcal/3.1g	鯛の照り焼き 蓮根と海老の炒め物 わかめ酢 ご飯 すまし汁 果物 635kcal/3.1g			

食事予約表は 12月16日(土) 午後5時までにご提出下さい。
予約変更は前日11時まで(12/31~1/4の変更は
12月20日(水) 午後5時まで)にお申し付け下さい。

☆印はおすすめメニュー、♪印は新メニューです。



心をこめて Smile & Speedy

ハーベスト株式会社