



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

12月18日(月)~12月24日(日)

| | | 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金) | 23日(土) | 24日(日) |
|----|-----|---|---|--|--|--|--|--|
| 朝食 | 和食 | いわしの梅煮 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492kcal /2.8g | 具沢山けんちん汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 472kcal /3.0g | 平天と三つ葉の 玉子とじ じゃが芋の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g | 青菜粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 461kcal /2.9g | 赤魚の漬け焼き めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g | 平天と三つ葉の 玉子とじ もやしの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g | ごぼ天と野菜の 炊き合わせ いんげんの土佐和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g |
| | 洋食 | ミートボールのポトフ グリーンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g | ベーコンソテー & 野菜ソテー マカロニサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g | ★ハムマヨチーズ トースト 具沢山オニオンスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g | ウインナーエッグ シーザーサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g | 海老マヨ イタリアンサラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g | プレーンオムレツ 野菜炒め ミルク デザート 510kcal /3.0g | サンドイッチ 具沢山ポタージュスープ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g |
| 昼食 | 日替A | 豚肉の生姜焼き 白菜の甘酢和え ご飯 スープ デザート 623kcal /3.0g | ほっけの開き 切干大根の煮物 ご飯 すまし汁 デザート 592kcal /2.9g | 牛肉の旨塩炒め 揚げ里芋 ご飯 味噌汁 デザート 636kcal /3.0g | 白身魚のフリット さつま芋のレモン煮 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g | ホイコーロー(豚肉と キャベツの味噌炒め) 青梗菜のナムル ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g | カラスカレイの 梅肉焼き オクラの和え物 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g | 鶏肉の竜田揚げ ごぼうとカニカマのサラダ ご飯 すまし汁 デザート 589kcal /3.0g |
| | 日替B | カルボナーラ スパゲティ 白菜の甘酢和え ふりかけご飯 スープ デザート 580kcal /3.0g | ★ポパイ丼(目玉焼き・ ミンチ・ほうれん草) 切干大根の煮物 すまし汁 デザート 590kcal /3.1g | きのこあんかけそば 揚げ里芋 菜飯 デザート 574kcal /3.0g | かき玉にゆうめんと 新香巻き さつま芋のレモン煮 デザート 622kcal /3.1g | お好み焼き 青梗菜のナムル ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /3.2g | 五目うどん オクラの和え物 わかめご飯 デザート 632kcal /3.0g | コーンたっぷり 味噌ラーメン ごぼうとカニカマのサラダ ゆかりご飯 デザート 632kcal /3.0g |
| 夕食 | 日替A | 鯖の唐揚げ 香味ソース 筍とイカのソテー 春菊のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g | 鯛の荒煮(身・カマ) 蓮根とたこのピリ辛炒め 小松菜と揚げのお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g | 松花堂 12月11日(月) 掲示いたします。 | ★平目と帆立貝の トマトグラタン アスパラとベーコンの炒め物 さつまいものくるみ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal /2.9g | 銀鮭の幽庵焼き 南瓜と豚肉の旨煮 茹でほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g | すずきの天ぷらと 野菜の天ぷら しろ菜とツナの炒め物 胡瓜とささ身の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g | 鯖の塩焼き 玉子豆腐野菜あんかけ 大根と茄子の浅漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g |
| | 日替B | 牛肉の野菜巻き 筍とイカのソテー 春菊のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.1g | チキン南蛮 タルタルソース 蓮根とたこのピリ辛炒め 小松菜と揚げのお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 7125kcal /3.0g | | 野菜の肉詰め 盛り合わせ アスパラとベーコンの炒め物 さつまいものくるみ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g | ★鶏肉の柚子塩 ちゃんこ鍋 南瓜と豚肉の旨煮 茹でほうれん草 ご飯 漬物 デザート 689kcal /3.0g | 牛肉のすき煮 温玉添え しろ菜とツナの炒め物 胡瓜とささ身の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.0g | 豚肉と白菜の 重ね蒸し 玉子豆腐野菜あんかけ 大根と茄子の浅漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /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 12月12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