



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

2月5日(月)～2月11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。

		5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)
朝食	和食	カニカマ入り だし巻き玉子 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	赤魚の漬け焼き キャベツの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 467kcal /2.8g	小海老と野菜の 玉子とじ 胡瓜のゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.8g	しらす粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 491kcal /2.9g	★厚揚げと 小松菜の炒り玉子 わかめの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /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 478kcal /3.0g	巢ごもり玉子 もやしの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /2.9g
	洋食	魚介とさつま芋の クリーム煮 野菜炒め パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ホットサンド (明太チーズ) 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 504kcal /3.1g	ジャーマンポテト 野菜サラダ パン ミルク デザート 515kcal /3.0g	スパニッシュオムレツ コーンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	鱈のマヨネーズ焼き 和風サラダ パン ミルク デザート 518kcal /3.0g	プレーンオムレツ コールスローサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	ピザトースト クリームスープ ミルク デザート 508kcal /3.0g
昼食	日替 A	ポークチャップ えび焼売 ご飯 味噌汁 デザート 613kcal /2.9g	つばすの唐揚げ 人参金平 ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /2.9g	牛肉とピーマンの 細切り炒め ふきの土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 600kcal /3.0g	鯖の煮付け 青梗菜の昆布和え ご飯 味噌汁 デザート 582kcal /3.0g	チキンの 粒マスタード焼き サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 592kcal /2.9g	カレイの アーモンドグリル 春雨の酢の物 ご飯 すまし汁 デザート 589kcal /2.9g	肉じゃが 白菜レモン和え ご飯 味噌汁 デザート 602kcal /3.0g
	日替 B	担々麺 えび焼売 ご飯 デザート 600kcal /3.0g	湯葉あんかけうどん 人参金平 菜飯 デザート 590kcal /3.1g	鮭の三色丼 ふきの土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 594kcal /3.0g	★牛肉とレタスの チャーハン 青梗菜の昆布和え 味噌汁 デザート 602kcal /3.1g	海老とほうれん草の クリームスパゲティ サイコロサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 615kcal /3.2g	山かけ豚丼 春雨の酢の物 すまし汁 デザート 592kcal /3.0g	竹輪天そば 白菜レモン和え ゆかりご飯 デザート 621kcal /3.1g
夕食	日替 A	鱈の木の芽味噌焼き 大根と平天の炊き合わせ ほうれん草のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /3.3g	★十勝鍋 南瓜の天ぷら 春菊のなめたけ和え ご飯 漬物 デザート 718kcal /3.4g	ミックスフライ ごぼうと豚肉の柚子胡椒炒め トマトのバジル和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 722kcal /3.2g	ぶりの幽庵焼き 小松菜と貝柱の山椒炒め わけぎのぬた和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 684kcal /3.2g	かんぱちの竜田揚げ 手作りだし巻き玉子 オクラとめかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 711kcal /3.2g	海鮮カルパッチョ 春キャベツとベーコンのソテー スナップエンドウの辛子マヨ和え ご飯 スープ 漬物 デザート 673kcal /3.2g	鯛の塩焼き ★れんこんの玉子金平 長芋短冊 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 685kcal /3.3g
	日替 B	★牛肉と新玉ねぎの バター醤油炒め 大根と平天の炊き合わせ ほうれん草のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal /3.3g	豚肉の オイスター煮込み 南瓜の天ぷら 春菊のなめたけ和え ご飯 スープ 漬物 デザート 695kcal /3.3g	鶏肉のグリル デミグラスソース ごぼうと豚肉の柚子胡椒炒め トマトのバジル和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.4g	野菜の肉詰め 盛り合わせ 小松菜と貝柱の山椒炒め わけぎのぬた和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /3.3g	牛肉の野菜巻き 手作りだし巻き玉子 オクラとめかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 709kcal /3.4g	★チーズたっぷり ポテトミートグラタン 春キャベツとベーコンのソテー スナップエンドウの辛子マヨ和え ご飯 スープ 漬物 デザート 700kcal /3.4g	豚肉の 味噌ホイル包み ★れんこんの玉子金平 長芋短冊 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 696kcal /3.4g

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 1月30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