



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!

パストラール尼崎

2月19日(月)~2月25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。

		19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)
朝食	和食	筑前煮 わかめの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	さつまあげとみつ葉の 玉子とじ キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /2.9g	肉団子と野菜の旨煮 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	玉子粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	赤魚の生姜煮 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /2.8g	目玉焼きと野菜炒め トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /2.8g	具沢山豚汁 ブロッコリーの海苔和え ご飯 漬物 デザート 469kcal /2.8g
	洋食	ハムエッグ 海藻サラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	鱈のチーズ焼き コールスローサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	ホットサンド (ツナコーンマヨ) ミネストローネ ミルク デザート 510kcal /3.0g	ウインナーと 野菜のソテー マカロニサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	ロールキャベツの クリーム煮 グリーンサラダ パン ミルク デザート 492kcal /2.9g	フレンチトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 508kcal /2.9g	オムレツと温野菜 ブロッコリーのサラダ パン ミルク デザート 488kcal /2.9g
昼食	日替 A	鶏つくね焼き 春雨の中華和え ご飯 味噌汁 デザート 623kcal /3.0g	白身魚のフリット タルタルソース添え 野菜のマリネ ご飯 スープ デザート 592kcal /2.9g	豚肉の時雨煮 落のおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 636kcal /3.0g	アジフライ 南瓜サラダ ご飯 スープ デザート 612kcal /3.0g	牛肉と大根の煮物 しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	カラスカレイの 明太マヨ焼き 切干大根煮 ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	鶏肉の胡麻味噌焼き 長芋の梅肉和え ご飯 すまし汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替 B	塩ラーメン 春雨の中華和え ご飯 デザート 580kcal /3.0g	たらこスパゲッティ 野菜のマリネ ふりかけご飯 スープ デザート 590kcal /3.1g	肉そば 落のおかか和え 菜めし デザート 574kcal /3.0g	山菜そばろピラフ 南瓜サラダ スープ デザート 622kcal /3.2g	稲庭うどん しろ菜のお浸し ゆかりご飯 デザート 592kcal /3.2g	★焼き鳥三色丼 (焼き鶏・玉子・青菜) 切干大根煮 味噌汁 デザート 632kcal /3.0g	助六寿司 長芋の梅肉和え すまし汁 デザート 631kcal /3.1g
夕食	日替 A	ぶりの竜田揚げ 焼き茄子生姜あんかけ 春菊と湯葉の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.2g	鱈の粕漬焼き 南瓜と厚揚げの炊き合わせ なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.2g	鯛の幽庵焼き 小芋とイカの煮っころがし 温玉とろろ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.2g	すずきのあられ揚げ 卵の花 白菜と鶏ささみの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 704kcal /3.2g	平目のバター醤油 ホイル焼き アスパラとベーコンの塩炒め キャベツの香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 693kcal /3.3g	海鮮中華風お造り 湯豆腐(温) 魚の南蛮漬け ご飯 スープ 漬物 デザート 673kcal /3.2g	銀鮭のチーズグラタン スナッパエンドウとツナコーンのソテー ★レタスとくるみのサラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 695kcal /3.3g
	日替 B	蒸し豚と温野菜 ごまだれかけ 焼き茄子生姜あんかけ 春菊と湯葉の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.3g	牛サイコロステーキ 南瓜と厚揚げの炊き合わせ なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.3g	★鶏肉と野菜の 白湯鍋 小芋とイカの煮っころがし 温玉とろろ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.4g	ローストビーフ 刻み山葵ソース 卵の花 白菜と鶏ささみの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.2g	鶏肉の唐揚げ おろしポン酢 アスパラとベーコンの塩炒め キャベツの香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	プルコギ (韓国風牛肉炒め) 湯豆腐(温) 魚の南蛮漬け ご飯 スープ 漬物 デザート 703kcal /3.3g	味噌カツ スナッパエンドウとツナコーンのソテー ★レタスとくるみのサラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 716kcal /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 2月13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