



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26日(月)～3月3日(日)

	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝食	<b>和食</b> おにぎり(鮭・ゆかり) お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 482kcal / 2.8g	<b>赤魚の照り焼き</b> トマトの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal / 2.8g	<b>海苔入りだし巻き玉子</b> しろなの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal / 2.7g	<b>いわしのかつお煮</b> 青梗菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 2.9g	<b>ミニおでん</b> 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal / 2.9g	<b>しらす粥</b> おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468kcal / 2.8g	<b>厚揚げと枝豆の玉子とじ</b> わかめの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal / 2.9g
	<b>洋食</b> <b>鶏ささみと野菜の玉子炒め</b> シーザーサラダ パン ミルク デザート 492kcal / 2.8g	<b>ホットドック</b> 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 504kcal / 2.9g	<b>ミートボールのクリーム煮</b> グリーンサラダ パン ミルク デザート 508kcal / 3.0g	<b>スクランブルエッグとハッシュドポテト</b> 青梗菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート 502kcal / 2.9g	<b>鱈のタルタル焼き</b> 野菜炒め パン ミルク デザート 502kcal / 3.0g	<b>★ホットロールパンサンド</b> (ハンバーグ・チーズ・卵) コンソメスープ ミルク デザート 510kcal / 3.1g	<b>ミニグラタンとベーコン野菜ソテー</b> 海藻サラダ パン ミルク デザート 498kcal / 3.1g
昼食	<b>日替 A</b> <b>鯖の梅煮</b> きのこのぼん酢 ご飯 味噌汁 デザート 563kcal / 2.8g	<b>麻婆茄子</b> もやしのナムル ご飯 味噌汁 デザート 609kcal / 2.9g	<b>カラスカレイの煮付け</b> 春菊の和え物 ご飯 すまし汁 デザート 586kcal / 2.9g	<b>鶏肉の照り焼き</b> ごぼうサラダ ご飯 すまし汁 デザート 572kcal / 3.0g	<b>あじの南蛮漬け</b> ブロッコリーのカニカマ和え ご飯 スープ デザート 602kcal / 3.0g	<b>牛肉豆腐</b> 落のおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 599kcal / 2.9g	<b>ほっけの干物</b> さつまいもの田舎煮 ご飯 味噌汁 デザート 582kcal / 3.1g
	<b>日替 B</b> <b>五目にゆうめん</b> きのこのぼん酢 わかめご飯 デザート 590kcal / 3.1g	<b>皿うどん</b> もやしのナムル ご飯 味噌汁 デザート 602kcal / 3.1g	<b>玉子あんかけそば</b> 春菊の和え物 ゆかりご飯 デザート 599kcal / 3.1g	<b>★海老と大葉の和風柚子風味スパゲティ</b> ごぼうサラダ ふりかけご飯 すまし汁 デザート 622kcal / 3.1g	<b>葱塩豚丼</b> ブロッコリーのカニカマ和え ご飯 スープ デザート 600kcal / 3.1g	<b>カレーピラフ</b> 落のおかか和え 味噌汁 デザート 582kcal / 3.0g	<b>山菜きつねうどん</b> さつまいもの田舎煮 菜めし デザート 601kcal / 3.1g
夕食	<b>日替 A</b> <b>あじ姿焼き</b> 蕪とタコの炊き合わせ 山芋のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal / 3.3g	<b>ぶりの荒煮(身・かま)</b> 里芋の唐揚げ ★ほうれん草といかの酢味噌がけ ご飯 スープ 漬物 デザート 688kcal / 3.3g	<b>松花堂</b>  2月19日(月)に掲示致します。	<b>サーモンのグリルフレッシュトマトソース</b> スナップエンドウと小柱の炒め物 春雨の酢の物 ご飯 スープ 漬物 デザート 694kcal / 3.3g	<b>鯛と生わかめの煮付け</b> 南瓜のそぼろ煮 胡瓜のさっぱり和え 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 685kcal / 3.3g	<b>鮭子産サバのフライ</b> 大根と京揚げの煮物 小松菜とツナの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal / 3.3g	<b>一本メニュー</b>  ひな散らし寿司  茶碗蒸し 菜の花のお浸し 赤だし デザート 718kcal / 3.5g
	<b>日替 B</b> <b>牛肉の野菜巻き</b> 蕪とタコの炊き合わせ 山芋のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal / 3.3g	<b>鶏肉と帆立のドリア</b> 里芋の唐揚げ ★ほうれん草といかの酢味噌がけ スープ 漬物 デザート 705kcal / 3.4g		<b>豚ヒレカツ</b> スナップエンドウと小柱の炒め物 春雨の酢の物 ご飯 スープ 漬物 デザート 718kcal / 3.4g	<b>牛肉の朴葉味噌焼き</b> 南瓜のそぼろ煮 胡瓜のさっぱり和え 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 706kcal / 3.4g	<b>鶏肉の二色焼き(柚子胡椒・塩麴)</b> 大根と京揚げの煮物 小松菜とツナの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695kcal / 3.3g	

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20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

