



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!

パストラル尼崎

4月1日(月)～4月7日(日)

		1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)
朝食	和食	チーズ入り だし巻き玉子 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473/2.8/18.8	具沢山豚汁 おぼんざい盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 486/2.7/17.6	巣ごもり玉子 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 470/2.4/18.7	さつま揚げと野菜の 炊き合わせ いんげんのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469/2.7/14.7	しらす粥 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471/2.7/19.5	高野豆腐ときのこの 玉子とじ 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478/2.8/19.8	さんまの生姜煮 もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/2.8/18.4
	洋食	ミートボールの クリーム煮 オニオンサラダ パン ミルク デザート 488/2.8/24.8	ホットケーキ 具沢山コーンスープ ミルク デザート 506/2.8/19.5	ミニグラタンと ロースハムソテー シーザーサラダ パン ミルク デザート 502/3.0/23.3	スパニッシュオムレツ いんげんのピーナッツ和え パン ミルク デザート 500/2.9/24.7	鱈のカレー焼き トマトサラダ パン ミルク デザート 474/2.8/20.8	ホットサンド (ハム・ポテトサラダ) 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 505/2.8/20.3	ツナ入り スクランブルエッグ 海藻サラダ パン ミルク デザート 498/2.8/22.5
昼食	日替 A	鶏肉のくわ焼き きのこのマリネ ご飯 スープ デザート 600/2.8/22.2	つばすの梅しそ焼き さつま芋の甘煮 ご飯 味噌汁 デザート 562/2.7/21.8	豚じゃが 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 609/2.9/20.8	カラスカレイの 竜田揚げ 南瓜サラダ ご飯 味噌汁 デザート 602/2.9/22.2	牛肉と大根の煮物 ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 605/3.0/20.6	鯖の漬け焼き 長芋の唐揚げ ご飯 味噌汁 デザート 598/3.0/20.2	ポークチャップ しろなおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 600/3.0/21.4
	日替 B	春キャベツとしらすの チャーハン きのこのマリネ スープ デザート 601/2.9/22.4	イカ天そば さつま芋の甘煮 菜飯 デザート 612/3.1/19.3	ワンタン麺 青梗菜のお浸し ご飯 デザート 607/3.1/19.2	★チーズ焼き鶏井 南瓜サラダ 味噌汁 デザート 611/3.1/22.4	鮭とコーンのピラフ ブロッコリーの粒マスタード和え スープ デザート 600/3.2/20.0	和風焼うどん 長芋の唐揚げ ご飯 味噌汁 デザート 611/3.2/23.2	いなり寿司と サラダ巻き しろなおかか和え 味噌汁 デザート 611/3.0/18.7
夕食	日替 A	かつおのたたき 蓮根と平天の炒り煮 胡麻豆腐 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 697/3.2/42.3	平目の マッシュポテト焼き スナッPEndウとツナの炒め物 ほうれん草の柚子和え ご飯 スープ 漬物 デザート 686/3.2/32.5	ぶりの煮付け (身・カマ) ビーフン炒め オクラの辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 696/3.2/32.2	★海鮮豆乳鍋 小芋の磯辺揚げ 春雨の華風和え ご飯 漬物 デザート 701/3.4/32.3	海老のあられ揚げと 野菜のかき揚げ 冬瓜と厚揚げの炊き合わせ 小松菜の和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705/3.3/28.0	うなぎの三色丼 豆腐の野菜あんかけ わけぎといかの酢味噌和え すまし汁 漬物 デザート 688/3.3/31.3	鯛の幽庵焼きと 京生麩の田楽 茄子にしん トマトの青じそ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 684/3.3/35.3
	日替 B	手作りメンチカツ 蓮根と平天の炒り煮 胡麻豆腐 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 719/3.3/38.9	牛肉のトマト煮込み スナッPEndウとツナの炒め物 ほうれん草の柚子和え ご飯 スープ 漬物 デザート 709/3.2/30.3	鶏肉の唐揚げ おろしポン酢 ビーフン炒め オクラの辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 714/3.4/31.1	豚肉の野菜巻き 小芋の磯辺揚げ 春雨の華風和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705/3.3/29.5	鶏肉の西京焼き 冬瓜と厚揚げの炊き合わせ 小松菜の和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 686/3.4/34.7	豚肉の角煮 豆腐の野菜あんかけ わけぎといかの酢味噌和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 708/3.3/37.5	ミックスグリル (牛肉炒め・照り焼きチキン・ ウインナー) 茄子にしん トマトの青じそ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 725/3.4/44.5

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 3月26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。 下端数字は、エネルギーkcal/塩分g/蛋白質g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