



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

3月18日(月)～3月24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。

		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	筑前煮 ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 474/2.7/18.3	焼きししゃもと 焼きかまぼこ おくらの和え物 味噌汁 漬物 デザート 478/2.7/22.9	高野豆腐の玉子とじ 玉ねぎの土佐和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480/2.6/19.2	★おにぎり (ツナマヨ・梅) 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 472/2.8/18.2	赤魚の煮付け もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 474/2.8/20.5	高菜粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468/2.7/15.2	明太入り だし巻き玉子 めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479/2.8/17.8		
	洋食	ミニハンバーグと 野菜ソテー ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 511/2.8/22.6	小倉トースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 504/2.8/17.3	鱈のチーズ焼き オニオンサラダ パン ミルク デザート 509/2.8/23.1	ベーコンエッグ 青梗菜のソテー パン ミルク デザート 512/2.8/22.7	ロールパンサンド クリームスープ ミルク デザート 522/2.8/22.5	オムレツ クリームソース コーンサラダ パン ミルク デザート 510/2.8/25.3	★ミニグラタンと ミートボール 海藻サラダ パン ミルク デザート 516/2.9/23.7		
昼食	日替A	牛肉の時雨煮 いんげんの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 603/3.2/20.6	かに玉 甘酢あんかけ 青梗菜のピーナツ和え ご飯 スープ デザート 612/2.9/22.5	鶏肉の照り焼き コールスローサラダ ご飯 味噌汁 デザート 586/3.1/30.1	カラスカレイの アーモンドグリル れんこんのサラダ ご飯 スープ デザート 589/3.1/32.1	麻婆豆腐 かに焼売 ご飯 スープ デザート 597/3.2/25.9	つばすの漬け焼き しる菜の煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 561/3.0/22.0	豚肉の生姜焼き 長芋の柚子和え ご飯 味噌汁 デザート 612/3.0/23.4		
	日替B	五目あんかけうどん いんげんの胡麻和え ゆかりご飯 デザート 585/3.2/17.2	ビビンバ丼 青梗菜のピーナツ和え スープ デザート 612/3.2/25.2	ハヤシライス コールスローサラダ 福神漬け デザート 617/3.1/24.1	スパゲティ ミートソース れんこんのサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 612/3.2/24.3	とんこつラーメン かに焼売 ご飯 デザート 622/3.2/19.3	親子丼 しる菜の煮浸し 味噌汁 デザート 592/3.2/23.8	おぼろ昆布そば 長芋の柚子和え 菜飯 デザート 604/3.2/16.6		
夕食	日替A	桜鯛の塩焼き 具沢山豚汁 焼き茄子 ご飯 漬物 デザート 680/3.4/35.3	鱈の竜田揚げ おろしポン酢 冬瓜とさつま揚げの煮物 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 692/3.3/29.1	かんぱち大根 ★玉子豆腐と海老の炊き合わせ 白菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678/3.3/34.1	ぶりの塩麴焼き 南瓜の磯辺揚げ 春菊としらすのお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680/3.4/36.1	鍋焼きうどん (海老天入り) アスパラと小柱の炒め物 ワカメの酢の物 ご飯 漬物 デザート 722/3.4/30.8	まぐろステーキ オニオンソース きのことハムのソテー 春雨サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 678/3.3/32.1	★サーモンフライ 柴漬けタルタルソース ★切干大根の玉子とじ 小松菜の辛子和え ご飯 スープ 漬物 デザート 708/3.3/36.7		
	日替B	ささみ梅しそ チーズフライ 具沢山豚汁 焼き茄子 ご飯 漬物 デザート 710/3.4/39.9	牛肉と豆腐のすき煮 冬瓜とさつま揚げの煮物 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 702/3.4/28.9	酢豚 ★玉子豆腐と海老の炊き合わせ 白菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 728/3.3/40.1	おでん(鍋) 南瓜の磯辺揚げ 春菊としらすのお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710/3.4/44.7	豚肉の黒胡椒焼き 温玉ソース アスパラと小柱の炒め物 ワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.4/38.1	牛肉の赤ワイン 煮込み きのことハムのソテー 春雨サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 710/3.4/35.3	★チキンロールグリル (鶏肉の野菜巻き) ★切干大根の玉子とじ 小松菜の辛子和え ご飯 スープ 漬物 デザート 678/3.3/38.4		

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。 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