



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

6月10日(月)～6月16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。

		10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝食	和食	いわしの梅煮 わかめの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/2.7/17.6	具沢山豚汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 486/2.8/18.3	さつま揚げと 野菜の旨煮 キャベツのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 444/2.7/16.0	おにぎり(菜めし・鮭) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 477/2.8/17.4	巣ごもり卵 もやしゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/2.8/16.1	ミニおでん  ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 467/2.8/20.6	目玉焼きと野菜炒め  納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.0g
	洋食	鱈のタルタル焼き 海藻サラダ パン ミルク デザート 499/2.8/22.8	ロールパンサンド  具沢山コーンスープ ミルク デザート 500/3.0/18.9	ハムエッグ コールスローサラダ パン ミルク デザート 501/2.8/21.2	チキンナゲットと ミニグラタン イタリアンサラダ パン ミルク デザート 501/3.0/23.7	ポイルウインナー 粒マスタード添え もやし炒め パン ミルク デザート 508/2.8/19.4	シュガーバター トースト  ミネストローネ ミルク デザート 510/2.8/24.3	南瓜と貝柱の クリーム煮 豆腐サラダ パン ミルク デザート 502/2.9/20.2
昼食	日替A	チキンピカタ  ピリ辛胡瓜 ご飯 味噌汁 デザート 591/2.8/21.3	あじのカレームニエル れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 572/3.0/23.9	豚肉豆腐  長芋短冊 ご飯 味噌汁 デザート 601/2.9/24.1	カラスカレイの 梅肉焼き 白菜のおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 612/3.0/23.5	牛肉の生姜煮 しる菜の柚子和え ご飯 味噌汁 デザート 582/3.1/23.1	つばすの山椒煮 ブロッコリーの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 571/2.9/24.8	鶏肉のつくね焼き レタスとミカンのサラダ ご飯 スープ デザート 602/3.0/23.1
	日替B	ぶっかけ冷やし とろろそば ピリ辛胡瓜 ゆかりご飯 デザート 618/3.1/19.6	オムライス  れんこんサラダ スープ デザート 601/3.1/20.7	ちゃんぽん麺  長芋短冊 ご飯 デザート 605/3.2/17.1	他人丼  白菜のおかか和え 味噌汁 デザート 609/3.2/19.6	稲庭うどん しる菜の柚子和え ご飯 デザート 605/3.2/20.8	五日チャーハン  ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 デザート 604/3.1/22.7	茄子の ミートソーススパゲティ レタスとミカンのサラダ ご飯 スープ デザート 601/3.2/20.1
夕食	日替A	鯛の塩焼き(身・カマ) 揚げ出し豆腐 ほうれん草と桜海老のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695/3.4/28.8	揚げかんばんちの 黒酢炒め 冬瓜のカニカマ柚子あんかけ 茄子と茗荷のもみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 709/3.2/29.9	かつおのたたき 切り干し大根 刺身こんにゃくの梅和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 676/3.3/30.8	ぶりの照り焼き 卵豆腐の炊き合わせ イカオクラ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681/3.3/34.2	海老フライ 玉子とじ丼 万願寺としらすの山椒炒め 大根サラダ 味噌汁 漬物 デザート 720/3.3/38.5	★銀鮭のマッシュポテト チーズ焼き スナップエンドウとツナのソテー 冷やしトマト ご飯 スープ 漬物 デザート 667/3.3/34.6	紫陽花小鉢御膳  ハモと野菜の天ぷら ミニ肉じゃが 茹でほうれん草 魚介のマリネ 新生姜ご飯 赤だし 漬物 デザート 734/3.4/35.1
	日替B	豚しゃぶと野菜の 胡麻ポン酢  揚げ出し豆腐 ほうれん草と桜海老のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698/3.4/29.5	牛肉と煮卵の旨煮 冬瓜のカニカマ柚子あんかけ 茄子と茗荷のもみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700/3.4/33.1	鶏肉の味噌漬け焼き 切り干し大根 刺身こんにゃくの梅和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690/3.3/32.8	手作りメンチカツ 卵豆腐の炊き合わせ イカオクラ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 716/3.4/31.6	★鶏肉と野菜のグリル バルサミソース 万願寺としらすの山椒炒め 大根サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710/3.4/38.1	★豚肉の アスパラ巻きフライ スナップエンドウとツナのソテー 冷やしトマト ご飯 スープ 漬物 デザート 712/3.4/29.4	

その他 アラカルトをご用意いたしております。

食事予約票は 6月4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分までにご提出下さい。
★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