



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!

パストラルール尼崎

7月1日(月)~7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	いわしのかつお煮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 470/2.9/17.9	だし巻き玉子 トマトの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/3.0/14.0	目玉焼きと野菜炒め 落の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480/2.8/14.9	赤魚の煮付け 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471/2.9/25.6	鶏じゃがが煮 いんげんの黒ゴマよごし ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481/3.0/14.3	青菜粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 479/3.0/14.8	竹輪ときのこの 玉子とじ もやしの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 501/3.0/16.3
	洋食	カニカマ入り スクランブルエッグ グリーンサラダ パン ミルク デザート 519/2.9/20.6	ブロッコリーと 肉団子のクリーム煮 コールスローサラダ パン ミルク デザート 520/2.9/25.7	ホットケーキ 具沢山ポトフ ミルク デザート 515/3.0/19.4	野菜オムレツ マカロニサラダ パン ミルク デザート 523/2.9/20.4	ミニグラタンと 野菜のソテー いんげんのサラダ パン ミルク デザート 499/2.8/16.8	ロールキャベツの コンソメ煮 枝豆サラダ パン ミルク デザート 511/3.0/18.4	ホットドッグ 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 505/3.0/20.8
昼食	日替 A	つばすの照り焼き オクラの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 581/3.0/24.6	チンジャオロース 大学芋 ご飯 味噌汁 デザート 592/3.0/18.5	カラスカレイの ムニエル ほうれん草のナムル ご飯 味噌汁 デザート 524/3.0/23.1	鶏肉のマヨポン酢炒 め パプリカのマリネ ご飯 スープ デザート 598/3.0/21.1	鯖の漬け焼き カニ焼売 ご飯 味噌汁 デザート 587/3.0/26.0	ポークチャップ 白菜のおかか和え ご飯 スープ デザート 623/3.0/17.1	アジフライ 長芋短冊 ご飯 味噌汁 デザート 620/3.0/17.0
	日替 B	野菜たっぷり 塩ラーメン オクラの胡麻和え ご飯 デザート 603/3.0/18.4	サラダうどん 大学芋 ゆかりご飯 デザート 570/3.1/17.8	甘辛豚丼 ほうれん草のナムル 味噌汁 デザート 592/3.0/20.1	スパゲッティ ナポリタン パプリカのマリネ ご飯 スープ デザート 570/3.2/20.3	★あんかけ焼きそば カニ焼売 ご飯 デザート 596/3.2/16.5	角煮チャーハン 白菜のおかか和え スープ デザート 618/3.0/20.7	三色丼 (そぼろ・卵・青菜) 長芋短冊 味噌汁 デザート 582/3.1/22.1
夕食	日替 A	かんぱちの塩麴焼き アスパラと小柱の炒め物 焼き茄子と茗荷の和え物 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 688/3.0/28.8	漬けマグロの 散らし寿司 茶碗蒸し 青梗菜としめじのお浸し 味噌汁 漬物 デザート 699/3.0/28.9	鱈の西京焼き 平天とひじきの煮物 ミモザサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 675/3.0/32.6	ぶりの竜田揚げ 冬瓜と桜海老の煮物 ゴーヤの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712/3.0/24.8	平目と野菜の ホイル包み 海老団子の炊き合わせ 小松菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712/3.0/35.0	鯛の煮付け れんこんとツナの炒め物 めかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 677/3.0/33.7	七夕メニュー 七夕そうめん ミニ天ぷら
	日替 B	牛肉のすき煮 アスパラと小柱の炒め物 焼き茄子と茗荷の和え物 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 726/3.2/29.9	豚肉のおろし蒸し 柚子ポン酢 茶碗蒸し 青梗菜としめじのお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690/3.0/23.1	鶏の天ぷらと 野菜のかき揚げ 平天とひじきの煮物 ミモザサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 718/3.0/36.6	ローストビーフ 冬瓜と桜海老の煮物 ゴーヤの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.0/20.7	黒酢 酢豚 海老団子の炊き合わせ 小松菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 703/3.1/36.3	鶏肉の黒胡椒焼きと 野菜のグリル れんこんとツナの炒め物 めかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689/3.0/30.7	たこと夏野菜の酢の物 焼き魚 ご飯 漬物 デザート 693/3.1/38.3

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 6月25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

