



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15日(月)~7月21日(日)

		15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)
朝食	和食	とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 478/2.8/22.4	具沢山豚汁 おぼんざい盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 472/3.0/21.9	小海老と三つ葉の 玉子とじ 海藻の青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469/2.8/17.5	目玉焼きと粉ふき芋 蒟の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480/2.9/16.8	巣ごもり卵 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 470/3.0/23.3	ミニおでん トマトの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/3.0/15.0	さんまの生姜煮 いんげんのピーナッツ和え ご飯 漬物 味噌汁 デザート 469/3.0/22.1
	洋食	スクランブルエッグ シーザーサラダ パン ミルク デザート 528/3.0/20.9	ピザトースト コーンスープ ミルク デザート 520/3.0/16.2	南瓜とベーコンの クリーム煮 枝豆サラダ パン ミルク デザート 518/3.0/22.3	具沢山ポトフ グリーンサラダ パン ミルク デザート 512/2.9/16.3	シュガーバター トースト 具沢山チャウダースープ ミルク デザート 528/3.1/16.1	ミニハンバーグと きのこのソテー トマトサラダ パン ミルク デザート 518/3.0/17.6	ウインナーと青梗菜 の玉子炒め いんげんのピーナッツ和え パン ミルク デザート 505/3.0/24.7
昼食	日替A	カラスカレイのグリル 温野菜サラダ ご飯 味噌汁 デザート 587/3.0/21.6	牛肉のもやし炒め ちくわの磯辺揚げ ご飯 味噌汁 デザート 592/3.0/23.4	つばすのもろみ焼き キャベツのゆかり和え ご飯 すまし汁 デザート 630/3.0/23.2	鶏肉の治部煮 コーンとほうれん草の和え物 ご飯 スープ デザート 611/3.0/31.7	ほっけの干物 オクラの香和え ご飯 味噌汁 デザート 588/3.0/33.2	豚肉のキムチ炒め たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 デザート 610/3.0/21.1	鯖の塩焼き しろ菜の辛子和え ご飯 すまし汁 デザート 575/3.0/20.2
	日替B	チキンカレーライス 温野菜サラダ 福神漬け デザート 570/3.0/20.9	冷やし中華 ちくわの磯辺揚げ ご飯 デザート 586/3.0/25.4	助六寿司 キャベツのゆかり和え すまし汁 デザート 580/2.9/17.3	明太高菜ピラフ コーンとほうれん草の和え物 スープ デザート 630/3.1/21.8	すだちそば(冷) オクラの香和え ゆかりご飯 デザート 622/3.0/16.6	お好み焼き たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 デザート 628/3.0/20.2	ちゃんぽん麺 しろ菜の辛子和え ご飯 デザート 630/3.1/22.3
夕食	日替A	かんぱちの漬け焼き きのこイカの炒め物 大根サラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712/3.0/27.7	鯛の幽庵焼き 人参のたらこ炒め 胡麻豆腐 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680/3.0/37.7	鱈のみぞれ煮 焼き厚揚げ かまぼこと小松菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680/3.0/29.9	すずきの レモンパン粉焼き 青梗菜とじゃこの煮浸し パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680/3.0/33.5	松花堂 7月8日(月)に 掲示致します。 	アジフライ 柴漬タルタルソース 茄子のグリル たことブロッコリーのサラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 726/3.0/30.7	平目の大和蒸し さつま揚げの玉子とじ ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695/3.0/32.5
	日替B	豚肉の ミルフィーユカツ きのこイカの炒め物 大根サラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 720/3.1/20.3	鶏肉のすき煮 人参のたらこ炒め 胡麻豆腐 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705/3.0/40.2	牛肉と野菜の スタミナ炒め 焼き厚揚げ かまぼこと小松菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705/3.0/30.7	★豚肉の冷しゃぶ (梅しそソース) 青梗菜とじゃこの煮浸し パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705/3.0/26.3		ハーブ鶏と 三種のチーズグラタン 茄子のグリル たことブロッコリーのサラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 706/3.1/32.9	牛肉の旨煮 さつま揚げの玉子とじ ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 726/3.0/26.7

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 7月9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