



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

9月2日(月)~9月8日(日)

		2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)
朝食	和食	千草玉子 しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492/2.9/16.5	赤魚の煮付け キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/3.0/18.8	厚揚げと野菜の旨煮 わかめの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476/2.9/14.9	巢ごもり卵 いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471/2.9/18.4	ロールキャベツの旨煮 落の香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466/3.0/15.1	笹かまぼこと焼きたらこ 小松菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 465/3.0/22.7	おにぎり(おかか・梅) お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471/3.0/17.7
	洋食	魚介のトマト煮 シーザーサラダ パン ミルク デザート 512/3.0/20.2	ホットケーキ ポトフ ミルク デザート 524/3.0/14.8	チキンナゲットとハム野菜ソテー 海藻サラダ パン ミルク デザート 514/3.0/22.7	ウインナーの粒マスタード炒め いんげんとコーンのサラダ パン ミルク デザート 522/3.0/19.1	シュガーバタートースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 515/3.1/15.4	ミニハンバーグときのこのソテー 小松菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート 531/3.0/19.4	目玉焼きとじゃがバター 枝豆サラダ パン ミルク デザート 501/3.0/22.7
昼食	日替 A	タンドリーチキン オクラの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 573/3.0/24.5	ほっけの漬け焼き もやしのナムル ご飯 スープ デザート 582/2.9/20.5	豚肉の生姜焼き 筍の土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 576/3.1/16.9	つばすの山椒煮 れんこんサラダ ご飯 すまし汁 デザート 601/3.0/20.7	牛肉とピーマンの細切り炒め レタスとミカンのサラダ ご飯 スープ デザート 622/3.0/23.1	カラスカレイのパン粉焼き ブロッコリーとカニカマのマヨ和え ご飯 スープ デザート 579/3.0/25.7	鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草とコーンのソテー ご飯 スープ デザート 590 /3.0/25.8
	日替 B	にしんそば オクラの胡麻和え ゆかりご飯 デザート 586/3.0/25.0	牛丼 もやしのナムル スープ デザート 591/3.0/19.3	ちくわ天うどん(温) 筍の土佐煮 菜飯 デザート 596/3.1/19.2	茄子のミートソーススパゲティ れんこんサラダ ふりかけご飯 すまし汁 デザート 592/3.1/24.7	野沢菜としらすチャーハン レタスとミカンのサラダ スープ デザート 612/3.1/22.8	★キムチとツナの韓国風丼 ブロッコリーとカニカマのマヨ和え スープ デザート 582/3.0/15.3	シーフードピラフ ほうれん草とコーンのソテー スープ デザート 581/3.1/23.3
夕食	日替 A	平目のホイル包み カニカマとキャベツの炒め物 トマトのバジル和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679/3.0/30.1	鱈の唐揚げ 小松菜と京揚げの煮浸し 南瓜とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681/3.0/29.9	ぶりの塩焼き ピーマンのじゃこ炒め 中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683/3.0/30.5	ミックスフライ 小柱と春雨の炒め物 胡瓜の酢の物 ご飯 スープ 漬物 デザート 699/3.1/32.4	鯛の煮付け 野菜チヂミ 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 669 /3.0/31.0	かんぱちの酒粕漬け焼き エンドウ豆の玉子とじ 茄子と茗荷のもみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681/2.9/34.0	銀鮭のムニエルクリームソース添え アスパラとイカのソテー 冷やしトマト ご飯 スープ 漬物 デザート 685/3.0/27.1
	日替 B	豚肉の角煮マッシュポテト添え カニカマとキャベツの炒め物 トマトのバジル和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 720/3.1/28.4	鶏肉のステーキ和風タレ 小松菜と京揚げの煮浸し 南瓜とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 692/3.0/32.1	牛肉の赤ワイン煮込み ピーマンのじゃこ炒め 中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 696/3.0/33.9	豚肉と温野菜のチーズソースがけ 小柱と春雨の炒め物 胡瓜の酢の物 ご飯 スープ 漬物 デザート 689/3.1/21.6	鶏肉のカシューナッツ炒め 野菜チヂミ 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691/3.0/27.7	牛肉のすき煮 エンドウ豆の玉子とじ 茄子と茗荷のもみ漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690/3.1/32.2	豚肉のミルフィーユカツ アスパラとイカのソテー 冷やしトマト ご飯 スープ 漬物 デザート 710/3.1/19.8

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 8月27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