



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

9月16日(月)~9月22日(日)

		16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝食	和食	豆腐のふわふわ寄せ オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492/2.9/14.4	いわしつみれと 野菜の煮物 胡瓜の梅おかかか ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473/3.0/14.6	けんちん汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 473/3.0/16.8	赤魚の漬け焼き 蒟の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/3.0/18.3	しらす粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 476/3.0/19.9	千草玉子 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478/2.9/13.5	さんまの生姜煮 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469/3.0/20.5
	洋食	鱈のタルタル焼き グリーンサラダ パン ミルク デザート 522/3.0/20.9	スパニッシュオムレツ 胡瓜のマリネ パン ミルク デザート 508/3.0/20.8	目玉焼きと 温野菜 青梗菜のソテー パン ミルク デザート 517/3.0/19.0	ウイナーとほうれん草 の玉子炒め 豆サラダ パン ミルク デザート 502/3.0/23.9	フレンチトースト 具沢山チャウダースープ ミルク デザート 518/3.0/26.3	ロールキャベツの トマト煮 オニオンサラダ パン ミルク デザート 515/2.9/14.2	ロールパンサンド (玉子・ハムチーズ) コーンスープ ミルク デザート 524/3.0/20.8
昼食	日替A	あじの梅しそ焼き ブロッコリーとリンゴのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 591/3.1/23.0	麻婆茄子 里芋の煮ころがし ご飯 スープ デザート 591/3.1/15.9	鯖の煮付け 白菜の中華和え ご飯 スープ デザート 576/3.0/22.5	鶏肉の ちゃんちゃん焼き ごぼうサラダ ご飯 味噌汁 デザート 593/3.0/19.9	つばすの照り煮 しろなの香和え ご飯 味噌汁 デザート 575/3.0/22.6	コロッケ盛り合わせ いんげんのピーナッツ和え ご飯 スープ デザート 612/3.0/15.4	カラスカレイの 明太マヨ焼き ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 572/3.0/25.5
	日替B	醤油ラーメン ブロッコリーとリンゴのサラダ ご飯 デザート 614/3.1/17.7	月見うどん 里芋の煮ころがし 菜飯 デザート 614/3.1/16.9	ナポリタンスパゲティ 白菜の中華和え ご飯 スープ デザート 605/3.0/18.6	カレーライス ごぼうサラダ 福神漬け デザート 599/3.0/18.5	焼きそば しろなの香和え ご飯 味噌汁 デザート 610/3.1/25.5	タコライス いんげんのピーナッツ和え スープ デザート 582/3.0/27.2	★なめこおろしそば (冷) ひじきの煮物 ゆかりご飯 デザート 597/3.0/22.7
夕食	日替A	敬老の日メニュー お造り盛り合わせ 茶碗蒸し 三色なます きのこご飯 赤だし デザート 720/3.0/30.0	すずきと 野菜の天ぷら 冬瓜と海老の生姜あん 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710/3.0/27.0	あじの姿焼き 七彩ひろすの煮物 ほうれん草の柚子浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 673/3.0/26.4	松花堂 9月9日(月)に 揭示致します。	鯛の塩焼き 揚げ出し豆腐 春菊のみぞれ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 689/3.0/31.2	かんぱちの山椒焼き 翡翠餃子 茄子と茗荷のみみ漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673/3.1/28.7	かつおのたたき 人参のたらこ炒め ゆでスナックエンドウ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698/3.0/25.2
	日替B		牛肉の冷しゃぶ 冬瓜と海老の生姜あん 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686/3.0/30.4	豚肉の竜田揚げ 七彩ひろすの煮物 ほうれん草の柚子浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715/3.0/29.2		鶏肉の葱塩焼き 揚げ出し豆腐 春菊のみぞれ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 692/3.0/28.8	牛肉と野菜の オイスター炒め 翡翠餃子 茄子と茗荷のみみ漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 683/3.0/24.5	豚肉と白菜の 塩ちゃんこ煮 人参のたらこ炒め ゆでスナックエンドウ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 706/3.0/24.5



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 9月10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

