



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23日(月)～9月29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。

		23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝食	和食	おにぎり(梅・たらこ) 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 483/2.9/19.5	目玉焼きと粉ふき芋 小松菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 474/3.0/16.9	巣ごもり玉子 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466/2.8/18.6	具沢山つみれ汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 471/2.9/19.7	筑前煮 玉ねぎの甘酢和え 味噌汁 漬物 デザート 469/3.0/15.7	竹輪ときのこの 玉子とじ 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/3.0/21.1	ミニおでん トマトの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469/3.0/16.8
	洋食	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 522/3.0/19.8	ミートボールと野菜の コンソメ煮 小松菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート 504/3.0/18.9	ウインナーの 粒マスタード炒め シーザーサラダ パン ミルク デザート 510/3.0/19.8	南瓜と貝柱の クリーム煮 ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 512/2.9/17.7	鱈のカレー焼き オニオンサラダ パン ミルク デザート 532/3.0/24.6	ピザトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510/3.0/16.9	ジャーマンポテト トマトサラダ パン ミルク デザート 498/3.0/19.8
昼食	日替 A	牛肉とキャベツの 旨塩炒め 大学芋 ご飯 味噌汁 デザート 593/3.0/19.2	ほっけの漬け焼き 蒟とたくあんの和え物 ご飯 味噌汁 デザート 572/2.9/19.2	照り焼きチキン しろ菜のわさび和え ご飯 スープ デザート 576/3.0/22.8	のり弁当 おかかご飯 だし巻き玉子 白身魚のフライ ちくわの天ぷら コロケ ほうれん草のお浸し 金平ごぼう 味噌汁 デザート 581/3.0/29.3	豚肉の生姜焼き 春雨サラダ ご飯 スープ デザート 583/3.0/15.9	鯖の塩焼き たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 デザート 589/3.0/20.6	牛肉のにもやし炒め いんげんのごまだれ和え ご飯 スープ デザート 572/3.0/16.5
	日替 B	ちゃんぽん麺 大学芋 ご飯 デザート 601/3.1/23.0	ソースかつ丼 蒟とたくあんの和え物 味噌汁 デザート 613/3.1/17.4	★しらすと梅の 和風パスタ しろ菜のわさび和え ふりかけご飯 スープ デザート 582/3.0/20.7	五目ピラフ 春雨サラダ スープ デザート 598/3.0/15.5	担々麺 たたき胡瓜 ご飯 デザート 612/3.0/15.5	高菜チャーハン いんげんのごまだれ和え ご飯 スープ デザート 591/3.1/14.0	
夕食	日替 A	かんぱちの西京焼き 冬瓜と平天の炊き合わせ じゃこおろし ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673/3.0/35.5	ぶりの煮付け ゴーヤとツナの炒め物 変わり奴 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 715/3.0/34.2	鱈の マッシュポテト焼き ズッキーニと小柱のソテー パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715/3.0/29.2	銀鮭のホイル焼き 豚肉と白菜の煮物 青梗菜のなめ苺和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 674/2.9/29.3	平目のムニエル トマトソース 筍とイカのソテー さつま芋サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 712/3.0/31.6	鯛の酒蒸し すだちポン酢 人参しりしり オクラの梅おかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674/3.0/31.5	海老フライ 大根と生麩の煮物 中華くらげの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 672/3.0/19.7
	日替 B	チキン南蛮 タルタルソース 冬瓜と平天の炊き合わせ じゃこおろし ご飯 すまし汁 漬物 デザート 715/3.1/37.0	牛肉の赤ワイン煮 ゴーヤとツナの炒め物 変わり奴 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 686/3.0/29.5	豚肉のアスパラ巻き ズッキーニと小柱のソテー パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686/3.0/29.8	鶏肉の二種焼き (柚子胡椒・塩麴) 豚肉と白菜の煮物 青梗菜のなめ苺和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698/3.1/34.2	牛肉と煮玉子の 甘辛煮 筍とイカのソテー さつま芋サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 692/3.0/34.1	酢豚 人参しりしり オクラの梅おかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683/3.0/36.8	鶏肉と野菜の 朴葉味噌焼き 大根と生麩の煮物 中華くらげの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 696/3.0/25.2

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17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