



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

11月18日(月)～11月24日(日)

		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
朝食	和食	<b>茶粥</b> お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 466/2.8/13.3	<b>いわしの梅煮</b> しる菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471/2.9/20.3	<b>具沢山豚汁</b> 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 469/3.0/20.1	<b>竹輪と枝豆の 玉子とじ</b> 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/3.0/18.0	<b>巣ごもり卵</b> ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469/3.0/17.0	<b>笹かまぼこと 焼きししゃも</b> 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482/3.0/19.4	<b>信田巻きと野菜の 炊き合わせ</b> もやしの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471/3.0/13.9
	洋食	<b>南瓜と貝柱の クリーム煮</b> マカロニサラダ パン ミルク デザート 510/3.0/22.1	<b>お好み焼き風 オムレツ</b> しる菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート 512/2.9/24.5	<b>ベーコンと野菜の カレー炒め</b> イタリアンサラダ パン ミルク デザート 532/3.3/16.9	<b>シュガーバター トースト</b> 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 510/3.0/19.4	<b>海老のオーロラソース</b> グリーンサラダ パン ミルク デザート 498/3.0/19.3	<b>豚肉と大豆のトマト煮</b> オニオンサラダ パン ミルク デザート 504/3.0/25.7	<b>ホットサンド (ツナコーンマヨ)</b> チャウダースープ ミルク デザート 522/3.0/19.5
昼食	日替A	<b>コロッケ盛り合わせ</b> 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 623/3.0/19.0	<b>鶏肉の マーメレード焼き</b> 筍の土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 592/2.9/25.6	<b>あじのから揚げ</b> さつま芋のサラダ ご飯 味噌汁 デザート 589/3.0/27.3	<b>豚肉の時雨煮</b> キャベツの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 612/3.0/20.8	<b>鯖の漬け焼き</b> 小松菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 デザート 589/3.0/19.3	<b>幕の内弁当</b> 焼き魚 ミニ天ぷら 炊き合わせ 玉子焼き ご飯 味噌汁 デザート 681/3.0/39.2	
	日替B	<b>★かきたま あんかけうどん</b> 青梗菜のお浸し 菜飯 デザート 590/3.0/23.3	<b>鮭と大葉の混ぜ寿司</b> 筍の土佐煮 味噌汁 デザート 580/3.1/20.1	<b>きつねそばと かやくごはん</b> さつま芋のサラダ デザート 603/3.0/20.5	<b>ナポリタンスパゲティ</b> キャベツの粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 622/3.2/19.0	<b>チキンカレー</b> 小松菜のなめ茸和え 福神漬 デザート 632/3.0/18.9		
夕食	日替A	<b>すずきの柚子グラタン</b> 野菜のコンソメ煮 わかめとカニカマの酢の物 ご飯 スープ 漬物 デザート 610/3.0/31.1	<b>さんまの塩焼き</b> 揚げ出し豆腐 白菜とかまぼこのわさび和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678/3.0/24.8	<b>かつおのたたき</b> 焼きビーフン 春菊ときのこのお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 695/3.0/26.3	<b>鱈のハーブグリル</b> アスパラとイカのソテー パプリカのマリネ ご飯 スープ 漬物 デザート 589/2.9/26.8	<b>鯛のホイル包み</b> ほうれん草と京揚げの煮浸し 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 697/3.0/31.8	<b>ぶりの幽庵焼き</b> 南瓜のいとこ煮 ブロッコリーのミモザサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 573/2.9/21.9	<b>平日の大和蒸し</b> こんにゃくの田楽 胡瓜とささみの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 508/2.9/29.3
	日替B	<b>牛肉と野菜の オイスター炒め</b> 野菜のコンソメ煮 わかめとカニカマの酢の物 ご飯 スープ 漬物 デザート 697/3.1/24.6	<b>豚肉の角煮</b> 揚げ出し豆腐 白菜とかまぼこのわさび和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685/3.0/36.1	<b>鶏肉の西京焼き</b> 焼きビーフン 春菊ときのこのお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 704/3.0/33.7	<b>牛肉の赤ワイン煮</b> アスパラとイカのソテー パプリカのマリネ ご飯 スープ 漬物 デザート 715/3.1/33.5	<b>豚カツ</b> ほうれん草と京揚げの煮浸し 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689/3.0/23.4	<b>チキン南蛮 タルタルソース添え</b> 南瓜のいとこ煮 ブロッコリーのミモザサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 723/3.1/34.8	<b>★豚肉と野菜の 胡麻豆乳鍋</b> こんにゃくの田楽 胡瓜とささみの和え物 ご飯 漬物 デザート 560/3.1/29.1

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11月12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

