



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	茶粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 466/2.8/13.3	いわしの梅煮 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	具沢山豚汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 469/3.0/20.1	竹輪と枝豆の玉子とじ 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/3.0/18.0	巣ごもり卵 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	笹かまぼこと焼きししゃも 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	信田巻きと野菜の炊き合わせ 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	南瓜と貝柱のクリーム煮 マカロニサラダ パン ミルク デザート 510/3.0/22.1	お好み焼き風オムレツ 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	ベーコンと野菜のカレー炒め イタリアンサラダ パン ミルク デザート 532/3.3/16.9	シュガーバタートースト 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 510/3.0/19.4	海老のオーロラソース グリーンサラダ パン ミルク デザート 498/3.0/19.3	豚肉と大豆のトマト煮 オニオンサラダ パン ミルク デザート 504/3.0/25.7	ホットサンド(ツナコーンマヨ) 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	コロッケ盛り合わせ 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 623/3.0/19.0	鶏肉のマーマレード焼き 筍の土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 592/2.9/25.6	あじのから揚げ さつま芋のサラダ ご飯 味噌汁 デザート 589/3.0/27.3	豚肉の時雨煮 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	鯖の漬け焼き 小松菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 デザート 589/3.0/19.3	幕の内弁当 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	★かきたまあんかけうどん 青梗菜のお浸し 菜飯 デザート 590/3.0/23.3	鮭と大葉の混ぜ寿司 筍の土佐煮 味噌汁 デザート 580/3.1/20.1	きつねそばとかやくごはん さつま芋のサラダ デザート 603/3.0/20.5	ナポリタンスパゲティ 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	チキンカレー 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	すずきの柚子グラタン 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	さんまの塩焼き 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	かつおのたたき 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	鱈のハーブグリル 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	鯛のホイル包み 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	ぶりの幽庵焼き 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	平日の大和蒸し 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	牛肉と野菜のオイスター炒め 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	豚肉の角煮 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	鶏肉の西京焼き 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	牛肉の赤ワイン煮 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	豚カツ 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	チキン南蛮タルタルソース添え 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	★豚肉と野菜の胡麻豆乳鍋 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

