



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strール尼崎

1月6日(月)~1月12日(日)

| | | 6日(月) | 7日(火) | 8日(水) | 9日(木) | 10日(金) | 11日(土) | 12日(日) |
|----|-----|---|---|---|---|--|--|---|
| 朝食 | 和食 | だし巻き玉子 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 486/2.8/18.1 | 七草がゆ お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 479/2.9/11.7 | ミニおでん 海藻の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 467/2.9/14.1 | 赤魚の甘辛煮 キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/2.9/15.2 | 干草玉子 じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480/2.9/15.8 | おにぎり(梅・おかか) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 482/3.0/21.1 | 豆腐のふわふわ寄せの 炊き合わせ トマトの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479/3.0/17.7 |
| | 洋食 | ジャーマンポテト グリーンサラダ パン ミルク デザート 504/3.0/14.5 | ツナマヨチーズトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 514/3.0/18.7 | オムレツ トマトソース 海藻サラダ パン ミルク デザート 513/3.0/20.2 | ロースハムと ほうれん草のソテー コールスローサラダ パン ミルク デザート 512/3.0/21.1 | ホットロールパンサンド (ベーコンチーズ・玉子) 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 516/3.0/18.3 | 鱈のマヨネーズ焼き 野菜サラダ パン ミルク デザート 518/3.0/20.1 | チーズ入り スクランブルエッグ トマトサラダ パン ミルク デザート 519/3.0/20.7 |
| 昼食 | 日替A | 鯖の漬け焼き いんげんのピーナッツ和え ご飯 すまし汁 デザート 599/3.1/17.1 | 牛肉とピーマンの 細切り炒め おぐらの和え物 ご飯 スープ デザート 602/3.1/20.5 | カラスカレイの 照り焼き 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 600/3.2/23.4 | 鶏肉の梅しそ焼き 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 562/3.1/24.5 | ほっけの塩焼き 小松菜の柚子和え ご飯 味噌汁 デザート 589/3.1/22.3 | ポークチャップ カニ焼売 ご飯 味噌汁 デザート 609/3.0/19.6 | つばすの塩麴焼き ごぼうサラダ ご飯 スープ デザート 582/3.0/18.6 |
| | 日替B | 焼き鳥井 いんげんのピーナッツ和え すまし汁 デザート 601/3.1/23.1 | ソース焼きそば おぐらの和え物 ご飯 スープ デザート 611/3.0/18.8 | 山菜そばと いなり寿司 南瓜の煮物 デザート 602/3.0/20.1 | 肉うどん 白菜のお浸し ゆかりご飯 デザート 608/3.1/19.1 | ★ツナと大葉の 混ぜ寿司 小松菜の柚子和え 味噌汁 デザート 614/3.1/24.4 | 味噌バターラーメン カニ焼売 ご飯 デザート 615/3.1/19.8 | ★鮭と栗のピラフ ごぼうサラダ スープ デザート 611/3.0/16.4 |
| 夕食 | 日替A | サーモンフライ 手作りタルタルソース 人参しりしり ブロッコリーとたこのイタリアンサラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 711/3.2/34.0 | ★海鮮他人井 ~鯛といくら(別盛り)~ 蓮根と平天の煮物 焼き茄子 味噌汁 漬物 デザート 673/3.2/30.7 | 平目の ハーブソルト焼き チンゲン菜とコーンのソテー 春雨サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 670/3.2/26.5 | まぐろソテー 刻み山葵ソース かぶと海老団子の洋風煮 胡瓜の華風和え ご飯 スープ 漬物 デザート 692/3.2/33.8 | かんぱちと帆立の 黒酢炒め 卵の花 パプリカといかのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 711/3.2/34.8 | ぶり大根 ニラ玉 長芋のなめたけ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689/3.2/27.1 | 海老のあられ揚げ 焼きビーフン 浅漬け盛り合わせ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 681/3.3/29.1 |
| | 日替B | 和風煮込み ハンバーグ 人参しりしり ブロッコリーとたこのイタリアンサラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 701/3.3/31.0 | 鶏肉の カシューナッツ炒め 蓮根と平天の煮物 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 697/3.2/23.3 | 牛肉の ミルフィーユカツ チンゲン菜とコーンのソテー 春雨サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 708/3.4/28.0 | 豚肉の角煮 かぶと海老団子の洋風煮 胡瓜の華風和え ご飯 スープ 漬物 デザート 710/3.3/37.1 | 牛肉と野菜の旨煮 卵の花 パプリカといかのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.3/23.9 | 鶏肉の天ぷらと 野菜のかき揚げ ニラ玉 長芋のなめたけ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 704/3.3/20.0 | 茶美豚と野菜の 生姜煮 焼きビーフン 浅漬け盛り合わせ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 721/3.2/25.3 |

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 12月31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

