



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

2月10日(月)~2月16日(日)

		10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝食	和食	麦とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 482/2.8/16.3	高野豆腐ときのこの 玉子とじ 胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489/2.7/18.6	鯛の梅煮 いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476/2.8/19.6	笹かまぼこと 焼きししゃも 青梗菜の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 491/2.8/17.6	玉子粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 479/2.7/17.1	明太入りだし巻き玉子 しる菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478/2.8/17.0	赤魚の照り焼き ブロッコリーのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/2.7/16.3
	洋食	カニカマスクランブル グリーンサラダ パン ミルク デザート 502/2.8/20.3	ベーコンソテーと ハッシュドポテト 胡瓜のサラダ パン ミルク デザート 504/3.0/21.4	ホットケーキ ミネストローネ パン ミルク デザート 511/3.0/20.6	オムレツ 青梗菜の炒め物 パン ミルク デザート 502/2.9/19.9	★ウインナーと じゃがマヨ焼き イタリアンサラダ パン ミルク デザート 508/2.9/18.6	ハムチーズトースト 具沢山チャウダースープ ミルク デザート 510/2.9/20.1	チキンナゲット& ミニグラタン ブロッコリーのピーナッツ和え パン ミルク デザート 502/2.8/18.6
昼食	日替A	豚肉のキムチ炒め 根菜のごまだれ和え ご飯 スープ デザート 603/2.9/20.9	鯖のもろみ焼き 塩ダレもやし ご飯 スープ デザート 612/3.0/20.1	牛肉の生姜煮 焼ききのこポン酢 ご飯 味噌汁 デザート 610/3.0/18.6	海老と野菜の かき揚げ さつま芋の甘煮 ご飯 すまし汁 デザート 615/2.9/21.9	鶏肉のつくね焼き ほうれん草の和え物 ご飯 味噌汁 デザート 615/2.9/25.3	カレーの梅焼き 揚げ春巻き ご飯 スープ デザート 609/3.0/22.6	豚肉のピカタ レタスの生姜和え ご飯 スープ デザート 582/2.9/23.1
	日替B	ロールパンサンド (白身フライ・ ベーコンレタスマト) 根菜のごまだれ和え スープ デザート 608/3.1/18.9	タコライス 塩ダレもやし スープ デザート 611/3.2/19.9	親子丼 焼ききのこポン酢 味噌汁 デザート 604/3.2/18.3	ワンタン麺 さつま芋の甘煮 ご飯 デザート 600/3.2/20.6	ねぎとろ丼 ほうれん草の和え物 味噌汁 デザート 600/3.2/19.3	海鮮塩やきそば 揚げ春巻き ご飯 スープ デザート 602/3.1/20.9	★チゲうどんと かつぱ巻き レタスの生姜和え デザート 621/3.1/20.6
夕食	日替A	鯛の酒蒸し柚子風味 冬瓜と平天の炊き合わせ しらすおろし ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688/3.3/26.3	鯛の木の芽味噌焼き かぶの柚子あんかけ ★小松菜とかまぼこのわさび和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 695/3.4/25.3	ぶりの煮付け (身・アラ) チヂミ 白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 695/3.4/26.3	銀鮭の塩焼き ★茄子と豚肉のオイスターソース炒め スパゲティサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.2/26.3	平目のムニエル バジルソース 焼きビーフン パプリカとたこのマリネ ご飯 スープ 漬物 デザート 701/3.3/24.1	鱧と野菜の天ぷら 蓮根とささ身のソテー 長芋といかの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 713/3.2/29.3	かんぱち大根 揚げ小芋と生麩の田楽 ほうれん草のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705/3.3/23.9
	日替B	鶏肉の二色から揚げ (塩・カレー) 冬瓜と平天の炊き合わせ しらすおろし ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710/3.3/29.3	牛肉と野菜の旨煮 かぶの柚子あんかけ ★小松菜とかまぼこのわさび和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705/3.3/24.1	黒酢 酢豚 チヂミ 白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705/3.3/23.1	鶏肉と帆立貝の クリームシチュー ★茄子と豚肉のオイスターソース炒め スパゲティサラダ ご飯 漬物 デザート 700/3.3/25.9	牛肉の ミルフィーユカツ 焼きビーフン パプリカとたこのマリネ ご飯 スープ 漬物 デザート 709/3.4/26.1	豚肉の角煮 蓮根とささ身のソテー 長芋といかの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.4/26.3	水炊き鍋 (鶏肉・えび団子) 揚げ小芋と生麩の田楽 ほうれん草のお浸し ご飯 漬物 デザート 706/3.4/26.3

その他 アラカルトをご用意いたしております。

食事予約票は 2月4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