



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  
2月3日(月)～2月9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。

		3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)
朝食	和食	厚揚げとほうれん草の炒り玉子 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 465/2.6/18.9	茶粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 473/2.8/18.8	小海老と野菜の玉子とじ 胡瓜のゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480/2.8/17.7	赤魚の漬け焼き キャベツの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/2.7/17.9	具沢山豚汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 470/2.8/18.2	チーズ入りだし巻き玉子 わかめの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 473/2.7/18.1	巣ごもり玉子 もやしの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482/2.8/16.9
	洋食	魚介とさつま芋のクリーム煮 野菜炒め パン ミルク デザート 500/2.9/20.6	ホットサンド(ベーコンチーズ) 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 506/2.9/19.1	ジャーマンポテト 和風サラダ パン ミルク デザート 510/2.9/18.9	鶏肉と野菜のカレー炒め コールスローサラダ パン ミルク デザート 502/2.8/23.1	プレーンオムレツ 野菜サラダ パン ミルク デザート 499/2.9/22.1	鱈のマヨネーズ焼き 海藻サラダ パン ミルク デザート 511/2.9/24.0	ピザトースト クリームスープ ミルク デザート 500/3.0/20.9
昼食	日替A	ほっけの干物 かに焼売 ご飯 味噌汁 デザート 588/2.9/22.3	ポークチャップ 人参金平 ご飯 味噌汁 デザート 606/3.1/20.5	つばすの唐揚げ ふきの土佐煮 ご飯 スープ デザート 587/3.0/26.8	牛肉の塩炒め 青梗菜の昆布和え ご飯 味噌汁 デザート 599/3.1/24.1	鯖の煮付け サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 600/3.0/17.1	チキンの粒マスタード焼き 春雨の酢の物 ご飯 スープ デザート 603/3.0/20.0	カレイのアーモンドグリル 白菜のザーサイ和え ご飯 スープ デザート 587/3.1/19.7
	日替B	担々麺 かに焼売 ご飯 デザート 590/3.1/16.8	湯葉あんかけうどん 人参金平 菜飯 デザート 600/3.2/18.4	高菜明太ピラフ ふきの土佐煮 スープ デザート 592/3.2/21.9	鮭の三色丼 青梗菜の昆布和え 味噌汁 デザート 600/3.2/21.1	カルボナーラ サイコロサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 599/3.2/19.8	カニカマレタスチャーハン 春雨の酢の物 スープ デザート 600/3.2/16.8	竹輪天そば 白菜のザーサイ和え ゆかりご飯 デザート 618/3.2/20.2
夕食	日替A	鱈の菜種焼き 小松菜としらすの山椒炒め 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678/3.3/27.2	十勝鍋 南瓜の天ぷら 春菊のなめたけ和え ご飯 漬物 デザート 687/3.3/29.1	ミックスフライ ごぼうと豚肉の柚子胡椒炒め 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.3/28.5	ぶりの幽庵焼き 小芋といかの煮物 わけぎのぬた和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 699/3.4/30.9	うなぎの柳川煮 揚げ出し豆腐 オクラとめかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690/3.4/31.9	海鮮カルパッチョ キャベツとツナのソテー スナップエンドウのごまドレ和え ご飯 スープ 漬物 デザート 685/3.3/25.3	鯛の塩焼き 卵の花 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680/3.4/30.1
	日替B	豚ヒレカツ 小松菜としらすの山椒炒め 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712/3.3/30.8	鶏肉のグリルデミグラスソース 南瓜の天ぷら 春菊のなめたけ和え ご飯 スープ 漬物 デザート 689/3.3/25.8	牛肉の野菜巻き ごぼうと豚肉の柚子胡椒炒め 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.4/32.1	野菜の肉詰め盛り合わせ 小芋といかの煮物 わけぎのぬた和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 718/3.3/38.7	鶏肉の二種焼き(塩・タレ) 揚げ出し豆腐 オクラとめかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689/3.3/32.3	ハンバーグ和風おろしポン酢 キャベツとツナのソテー スナップエンドウのごまドレ和え ご飯 スープ 漬物 デザート 701/3.4/23.9	★くじらの竜田揚げ 卵の花 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 716/3.4/33.1

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 1月28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