



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

3月24日(月)～3月30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。

		24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)
朝食	和食	具沢山豚汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 443/2.7/16.2	巢ごもり玉子 里芋の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 484/2.6/21.9	豆腐のふわふわ寄せ ブロッコリーのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480/2.4/20.6	赤魚の照り煮 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469/2.6/19.7	おにぎり (おかか・菜めし) 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471/2.7/19.6	さんまの生姜煮 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468/2.8/19.3	小海老と野菜の 玉子炒め ピーマンの磯和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/2.8/19.4
	洋食	カニカマ入り スクランブルエッグ 胡瓜のサラダ パン ミルク デザート 487/2.7/20.4	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 492/2.8/23.5	ハムエッグ ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 508/2.8/20.1	ウインナーと南瓜の クリームシチュー コールスローサラダ パン ミルク デザート 500/2.8/22.1	スパニッシュオムレツ 野菜サラダ パン ミルク デザート 499/2.8/23.1	ミートボールの コンソメ煮 和風サラダ パン ミルク デザート 505/3.0/21.7	ピザトースト クリームスープ ミルク デザート 508/2.8/22.5
昼食	日替A	ほっけの開き 山菜ナムル ご飯 スープ デザート 573/3.0/20.3	鶏肉の胡麻味噌焼き 蒟の土佐煮 ご飯 スープ デザート 602/3.0/24.9	カラスカレイの 漬け焼き れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 600/2.9/19.9	豚じゃが 竹輪の磯辺揚げ ご飯 味噌汁 デザート 592/3.0/22.7	★桜海老のかき揚げ 長芋短冊 ご飯 すまし汁 デザート 565/2.9/23.6	牛肉とキャベツの 旨塩炒め いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 デザート 578/2.9/21.2	つばすの梅煮 しろ菜の和え物 ご飯 味噌汁 デザート 570/3.0/20.2
	日替B	シーフードピラフ 山菜ナムル スープ デザート 601/3.0/16.2	皿うどん 蒟の土佐煮 ご飯 スープ デザート 608/2.9/21.7	ミートソース スパゲティ れんこんサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 617/3.1/20.1	ワカメうどんと かやくご飯 竹輪の磯辺揚げ デザート 609/3.0/20.6	しらすと大葉の 混ぜ寿司 長芋短冊 すまし汁 デザート 600/3.1/24.9	★鯛茶そば いんげんの和え物 ゆかりご飯 デザート 600/3.1/22.4	お好み焼き しろ菜の和え物 ご飯 味噌汁 デザート 611/3.0/20.7
夕食	日替A	松花堂 3月17日(月)に 掲示致します。	鰯の幽庵焼き 卵の花 トマトのドレッシング和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 666/3.2/31.9	ぶりの山椒煮 新ごぼうと鶏肉の金平 ほうれん草の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 669/3.2/36.3	鰻の蒲焼きと 手作りだし巻き玉子 京がんもの炊き合わせ 春菊のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 667/3.2/29.8	鮭の粕漬焼き 青梗菜と平天の炒め物 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 700/3.4/35.9	平日と帆立貝のグリ ル バルサミソース 春雨とベーコンのソテー 豆サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 709/3.3/31.1	手作り 真あじのフライ 牛すじ大根 胡瓜とめかぶの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 683/3.3/32.3
	日替B		牛肉の野菜炒め 卵の花 トマトのドレッシング和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.3/30.3	茶美豚の生姜焼き 新ごぼうと鶏肉の金平 ほうれん草の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 694/3.3/36.8	鶏肉ときのこの 味噌バター炒め 京がんもの炊き合わせ 春菊のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 699/3.3/33.9	牛肉と焼き豆腐の 玉子とじ 青梗菜と平天の炒め物 刺身こんにやくの梅肉和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 715/3.3/39.5	目玉焼きのせ ハンバーグ 春雨とベーコンのソテー 豆サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 696/3.2/31.9	鶏肉の葱塩焼き 牛すじ大根 胡瓜とめかぶの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698/3.3/32.1

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 3月18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