



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17日(月)～3月23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。

		17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)
朝食	和食	<b>高菜粥</b> 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 474/2.7/18.3	<b>焼きししゃもと 焼きかまぼこ</b> おくらの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478/2.7/22.9	<b>筑前煮</b> 玉ねぎの土佐和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 480/2.6/19.2	<b>ミニハンバーグ 和風煮込み</b> 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 472/2.8/18.2	<b>高野豆腐と枝豆の 玉子とじ</b> 胡瓜のゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 474/2.8/20.5	<b>おにぎり (ツナマヨ・梅)</b> おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468/2.7/20.2	<b>明太入り だし巻き玉子</b> めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479/2.8/17.8
	洋食	<b>茶美豚ソーセージ (バジル&amp;チーズ)</b> グリーンサラダ パン ミルク デザート 511/2.8/22.6	<b>ロールパンサンド</b> チャウダースープ ミルク デザート 504/2.8/20.3	<b>鱈と野菜の チーズ焼き</b> オニオンサラダ パン ミルク デザート 509/2.8/23.1	<b>ベーコンエッグ</b> ブロッコリーのピーナッツ和え パン ミルク デザート 512/2.8/22.7	<b>小倉トースト</b> 具沢山ポトフ ミルク デザート 522/2.8/22.5	<b>オムレツ クリームソース</b> コーンサラダ パン ミルク デザート 510/2.8/25.3	<b>ミニグラタンと ミートボール</b> シーザーサラダ パン ミルク デザート 516/2.9/23.7
昼食	日替A	<b>白身フライ</b> ごぼうサラダ ご飯 スープ デザート 603/3.2/20.6	<b>鶏肉の照り焼き</b> 小松菜の胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 612/2.9/22.5	<b>かに玉 甘酢あんかけ</b> 温野菜サラダ ご飯 スープ デザート 586/3.1/30.1	<b>とん平焼き</b> かに焼売 ご飯 味噌汁 デザート 589/3.1/32.1	<b>幕の内弁当</b> 焼き魚 ミニ天ぷら	<b>あじの塩麹焼き</b> しる菜の煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 561/3.0/22.0	<b>牛肉と大根の煮物</b> 長芋のなめたけ和え ご飯 味噌汁 デザート 612/3.0/23.4
	日替B	<b>★桜海老と春キャベツ のスパゲティ</b> ごぼうサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 585/3.2/17.2	<b>五日散らし寿司</b> 小松菜の胡麻和え 味噌汁 デザート 612/3.2/25.2	<b>ハヤシライス</b> 温野菜サラダ 福神漬け デザート 617/3.1/24.1	<b>とんこつラーメン</b> かに焼売 ご飯 デザート 612/3.2/24.3	だし巻き玉子 炊き合わせ お浸し ご飯 味噌汁 デザート 622/3.2/19.3	<b>親子丼</b> しる菜の煮浸し 味噌汁 デザート 592/3.2/23.8	<b>★おぼろ昆布そばと かんぴょう巻き</b> 長芋のなめたけ和え デザート 604/3.2/16.6
夕食	日替A	<b>銀鮭の塩焼き</b> ★たけのこ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 680/3.4/35.3	<b>鱈の竜田揚げ おろしポン酢</b> 冬瓜とさつま揚げの煮物 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 692/3.3/29.1	<b>かんぱちの照り焼き</b> ひじきの煮物 白菜と茗荷としらすの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678/3.3/34.1	<b>鯛と野菜の酒蒸し</b> 玉子豆腐と海老の炊き合わせ 春菊のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680/3.4/36.1	<b>皮はぎの生姜煮</b> きのことハムの炒め物 ワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 722/3.4/30.8	<b>まぐろステーキ オニオンソース</b> 南瓜の天ぷら 春雨サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 678/3.3/32.1	<b>海老フライ 柴漬けタルタルソース</b> アスパラと小柱の炒め物 青梗菜の辛子和え ご飯 スープ 漬物 デザート 708/3.3/36.7
	日替B	<b>おでん</b> ★たけのこ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 710/3.4/39.9	<b>牛肉と豆腐のすき煮</b> 冬瓜とさつま揚げの煮物 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 702/3.4/28.9	<b>豚カツ</b> ひじきの煮物 白菜と茗荷としらすの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 728/3.3/40.1	<b>ささ身 梅しそチーズフライ</b> 玉子豆腐と海老の炊き合わせ 春菊のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710/3.4/40.7	<b>豚肉の黒胡椒焼き 温玉ソース</b> きのことハムの炒め物 ワカメの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.4/38.1	<b>牛肉の赤ワイン 煮込み</b> 南瓜の天ぷら 春雨サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 710/3.4/33.3	<b>チキンロールグリル (鶏肉の野菜巻き)</b> アスパラと小柱の炒め物 青梗菜の辛子和え ご飯 スープ 漬物 デザート 678/3.3/38.4

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 3月11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