



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

4月28日(月)～5月4日(日)

		28日(月)	29日(火)	30日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
朝食	和食	貝柱と三つ葉の 玉子とじ 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 474/2.3/20.4	目玉焼きと粉ふき芋 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 454/1.7/15.8	五彩蒸しの 炊き合わせ もやし酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 433/2.3/14.9	具沢山豚汁 ブロッコリーの海苔和え ご飯 漬物 デザート 408/1.8/15.3	筑前煮 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 422/2.6/16.1	焼きししゃもと 笹かまぼこ しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 422/2.2/20.8	★野菜雑炊 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 451/2.6/19.6
	洋食	豚肉と大豆のトマト煮 野菜サラダ パン ミルク デザート 473/2.4/22.6	ハムとじゃが芋の マヨ焼き 野菜炒め パン ミルク デザート 520/2.0/22.1	★厚切りバター トースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 502/2.3/15.6	ほうれん草と ウインナーの卵炒め シーザーサラダ パン ミルク デザート 492/2.2/19.7	スパニッシュオムレツ イタリアンサラダ パン ミルク デザート 518/2.6/23.5	ホットケーキ 具沢山コーンスープ ミルク デザート 591/1.8/18.1	ブロッコリーとベーコン のクリーム煮 コールスローサラダ パン ミルク デザート 582/2.0/23.2
昼食	日替 A	牛肉とピーマンの 細切り炒め しろ菜の中華和え ご飯 スープ デザート 509/1.8/20.7	鰯の南蛮漬け ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 546/2.4/23.9	鶏肉の治部煮 白菜と大葉のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 643/2.9/25.6	★黄金カレイの 揚げ煮 もやしナムル ご飯 スープ デザート 451/1.6/19.5	ポークチャップ 胡瓜とツナのサラダ ご飯 すまし汁 デザート 694/3.0/20.4	鯖の味噌煮 キャベツの胡麻和え ご飯 すまし汁 デザート 511/2.5/23.7	牛肉豆腐 きのこのすだち和え ご飯 味噌汁 デザート 622/2.1/29.8
	日替 B	とんこつラーメン しろ菜の中華和え ご飯 デザート 653/3.0/20.8	葱塩豚丼(温玉) ひじきの煮物 味噌汁 デザート 738/3.1/26.1	助六寿司 白菜と大葉のお浸し 味噌汁 デザート 681/2.4/26.1	皿うどん もやしナムル ご飯 スープ デザート 715/2.7/22.8	高菜チャーハン 胡瓜とツナのサラダ すまし汁 デザート 457/2.5/17.0	★菜の花と帆立の ペペロンチーノ キャベツの胡麻和え ふりかけご飯 すまし汁 デザート 681/2.8/23.7	木の葉丼 きのこのすだち和え 味噌汁 デザート 574/2.9/21.2
夕食	日替 A	鯛の煮付け 大根のカニカマあんかけ 茹でスナップエンドウ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 653/2.8/29.1	鯖のウニ味噌焼き 茄子の利久焼き ほうれん草の菜種和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 594/2.4/30.4	穴子の天ぷら ゴーヤチャンプル 南瓜サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 725/2.6/22.9	ぶりの照り焼き キャベツと桜海老の炒め物 もずく酢 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 710/3.2/34.7	銀鮭の塩焼き アスパラとベーコンのソテー トマトサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 631/4.1/27.4	★エビフライと 手作りメンチカツ 若竹煮 彩野菜のマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 849/2.8/28.5	平目のムニエル レモンバターソース さつま芋の甘煮 筍とイカの木の芽味噌和え ご飯 スープ 漬物 デザート 722/1.8/34.2
	日替 B	地鶏と海老の ホイル包み 大根のカニカマあんかけ 茹でスナップエンドウ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 751/3.6/32.2	ローストビーフ トリュフソース 茄子の利久焼き ほうれん草の菜種和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 833/2.9/16.7	ポークステーキ オニオンソース ゴーヤチャンプル 南瓜サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 826/3.2/19.4	チキンカツの玉子とじ キャベツと桜海老の炒め物 もずく酢 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 742/3.4/41.8	ビーフカレーライス アスパラとベーコンのソテー トマトサラダ 福神漬 デザート 714/3.4/25.9	豚肉の角煮 若竹煮 彩野菜のマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 890/3.8/34.4	チキン南蛮 さつま芋の甘煮 筍とイカの木の芽味噌和え ご飯 スープ 漬物 デザート 901/3.2/33.3

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 4月22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