



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

6月30日(月)～7月6日(日)

		30日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
朝食	和食	いわしのかつお煮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 401/3.1/18.3	だし巻き玉子 トマトの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 414/1.6/13.0	海老入り煮奴 小松菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 486/2.4/19.2	具沢山鶏団子汁 おぼんざい盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 441/3.8/14.8	厚揚げの煮物 いんげんの黒ゴマよごし ご飯 味噌汁 漬物 デザート 402/3.8/14.8	しらす粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 345/4.2/19.2	鶏じゃが煮 もやしの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 403/2.0/11.4
	洋食	ジャーマンポテト 胡瓜のサラダ パン ミルク デザート 511/1.9/17.2	ピザトースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 503/2.7/20.3	ブロッコリーと肉団子のクリーム煮 コーンサラダ パン ミルク デザート 689/2.6/24.7	野菜オムレツ 海藻サラダ パン ミルク デザート 455/1.7/21.2	クラムチャウダー イタリアンサラダ パン ミルク デザート 522/1.7/21.2	ミニグラタンと野菜のソテー 枝豆サラダ パン ミルク デザート 444/1.6/15.8	サンドイッチ 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 532/2.6/20.2
昼食	日替A	白身魚の甘酢あんかけ オクラの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 563/2.8/23.8	コロッケ盛り合わせ ほうれん草とコーンの和え物 ご飯 スープ デザート 687/2.1/16.4	カラスカレイのムニエル さつま芋のレモン煮 ご飯 スープ デザート 489/2.2/21.2	ポークチャップ 青梗菜のナムル ご飯 すまし汁 デザート 636/3.6/17.9	鯖の塩焼き パプリカのピクルス ご飯 味噌汁 デザート 631/2.7/31.6	牛肉の時雨煮 白菜のおかか和え ご飯 すまし汁 デザート 639/2.2/15.2	アジフライ 長芋の梅肉和え ご飯 味噌汁 デザート 615/2.4/17.9
	日替B	野菜たっぷり醤油ラーメン オクラの胡麻和え ご飯 デザート 520/1.2/18.3	あんかけチャーハン ほうれん草とコーンの和え物 スープ デザート 493/2.0/16.7	★スツキーニのミートソーススパゲティ さつま芋のレモン煮 ふりかけご飯 スープ デザート 861/3.0/25.1	鮭とコーンのピラフ 青梗菜のナムル すまし汁 デザート 457/1.2/17.7	焼きそば パプリカのピクルス ご飯 味噌汁 デザート 774/3.3/25.0	焼鶏三色丼(焼き鶏・卵・青菜) 白菜のおかか和え すまし汁 デザート 590/3.7/24.7	サラダうどん 長芋の梅肉和え 菜飯 デザート 525/1.9/14.9
夕食	日替A	かんぱちの塩麴焼き 人参しりしり めかぶとカニカマの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 489/2.9/26.3	かつおのたたき 茶碗蒸し 青梗菜としめじのお浸し 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 504/3.5/28.7	鯛の木の芽味噌焼き ピーマンのじゃこ炒め ミモザサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 539/2.5/34.4	すずきの香草パン粉焼き ゴーヤチャンプル ★はたけ菜と桜海老の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 651/5.4/34.2	平目と帆立のチーズグリル 鶏肉と切干大根の煮物 胡瓜のさっぱり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 551/3.3/35.1	ぶりの煮付け れんこんとツナの炒め物 焼き茄子と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 647/3.4/29.7	鰯のさらさ蒸し 海老団子の炊き合わせ キャベツの香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 648/6.5/35.1
	日替B	鶏肉の朴葉焼き 人参しりしり めかぶとカニカマの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690/3.3/28.7	豚肉と厚揚げのさっぱり煮 茶碗蒸し 青梗菜としめじのお浸し 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 675/4.0/32.4	牛肉の赤ワイン煮込み ピーマンのじゃこ炒め ミモザサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 590/4.6/25.9	鶏肉の天ぷらと野菜のかき揚げ ゴーヤチャンプル ★はたけ菜と桜海老の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699/3.7/37.0	牛肉のアスパラ巻き 鶏肉と切干大根の煮物 胡瓜のさっぱり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 532/4.0/30.5	豚肉とイカの中華炒め れんこんとツナの炒め物 焼き茄子と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684/3.4/28.8	ブルコギ 海老団子の炊き合わせ キャベツの香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 620/5.1/32.5

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 6月24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