



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

7月21日(月)～7月27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。

		21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)
朝食	和食	具沢山けんちん汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 481/2.5/20.3	焼きししゃもと かまぼこ キャベツの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 441/2.2/19.2	赤魚の漬け焼き めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 412/2.3/17.3	おにぎり(ゆかり・鮭) 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468/2.2/17.9	鶏肉の高菜炒め 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 488/2.0/18.0	高野豆腐の玉子とじ 玉ねぎの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 459/2.7/18.5	いわしの梅煮 ピーマンの炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 444/2.5/17.4
	洋食	焼きそばパン 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 628/2.8/20.5	豚肉と大豆のトマト煮 青梗菜のソテー パン ミルク デザート 467/2.8/22.1	ハムエッグ コールスローサラダ パン ミルク デザート 502/2.2/25.5	フレンチトースト 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 483/1.9/15.2	南瓜と海老のコーン クリーム煮 野菜サラダ パン ミルク デザート 554/2.2/23.9	ベーコンと 野菜のソテー マカロニサラダ パン ミルク デザート 597/2.0/18.5	ミートボールと野菜の ケチャップ炒め コーンサラダ パン ミルク デザート 471/2.4/16.4
昼食	日替A	豚肉のニラもやし 炒め 春雨サラダ ご飯 スープ デザート 606/1.7/18.2	エビマヨ ごぼうのピリ辛炒め ご飯 スープ デザート 598/2.1/17.7	鶏肉の治部煮 小松菜のお浸し ご飯 すまし汁 デザート 632/2.8/23.1	ほっけの漬け焼き いんげんの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 446/1.9/21.0	牛肉の五目炒め しる菜の煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 558/1.4/14.3	カラスカレイのピカタ 焼ききのこボン酢 ご飯 スープ デザート 537/2.5/24.9	鶏肉のから揚げ ブロッコリーのツナマヨ和え ご飯 スープ デザート 560/1.8/26.4
	日替B	カレーピラフ 春雨サラダ スープ デザート 593/2.0/17.5	薬味たっぷりそうめん ごぼうのピリ辛炒め ゆかりご飯 デザート 614/2.2/15.0	焼肉チャーハン 小松菜のお浸し すまし汁 デザート 533/1.8/15.7	明太クリーム スパゲティ いんげんの胡麻和え ふりかけご飯 味噌汁 デザート 635/2.6/26.7	助六寿司 しる菜の煮浸し 味噌汁 デザート 629/1.5/25.5	のっぺうどん 焼ききのこボン酢 菜飯 デザート 478/1.7/14.8	ビビンバ丼 ブロッコリーのツナマヨ和え スープ デザート 659/2.8/22.7
夕食	日替A	かんぱちの竜田揚げ 黒酢あん 南瓜と生麩の炊き合わせ 冷奴 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 662/2.7/36.2	銀鮭のホイル包み 冬瓜とイカの煮物 オクラとえのきのおろし和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 566/2.7/27.7	松花堂	鯛の西京焼き ほうれん草とベーコンのソテー 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 627/2.7/30.8	ぶりの照り焼き ★ズッキーニとさつま揚げの煮物 野菜の浅漬 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 581/2.6/28.0	平目の バター醤油焼き パプリカと小柱のソテー 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 632/3.3/34.7	海鮮カルパッチョ ゴーヤと玉子の炒め物 白菜と鶏ささ身の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 555/2.4/31.6
	日替B	牛肉の朴葉味噌焼き 南瓜と生麩の炊き合わせ 冷奴 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 682/2.8/21.8	鶏肉の 香草パン粉焼き 冬瓜とイカの煮物 オクラとえのきのおろし和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 581/2.7/32.7	7月14日(月)に 掲示致します。 	鶏肉の葱塩焼き ほうれん草とベーコンのソテー 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 635/2.5/31.9	豚肉と白菜の 重ね蒸し ★ズッキーニとさつま揚げの煮物 野菜の浅漬 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686/2.5/13.2	手作りメンチカツ パプリカと小柱のソテー 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715/3.3/28.6	★黒豚のステーキ サルサソース添え ゴーヤと玉子の炒め物 白菜と鶏ささ身の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715/3.2/28.1

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 7月15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