



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

8月4日(月)～8月10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。

		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝食	和食	麦とろろご飯  お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 403/2.4/18.0	赤魚の照り煮 トマトの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 427/2.1/20.4	巣ごもり卵 里芋の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471/1.8/18.9	ごぼ天の煮物 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 379/3.0/12.9	具沢山豚汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 459/2.3/22.0	竹輪ときのこの 玉子とじ キャベツの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 457/2.4/16.2	豆腐のふわふわ寄せ もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 422/2.5/12.3
	洋食	ミートボールの クリーム煮  グリーンサラダ パン ミルク デザート 501/1.9/21.7	野菜オムレツ 胡瓜のマリネ パン ミルク デザート 443/2.6/18.9	シュガーバター トースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 549/2.0/20.8	チキンナゲットと 野菜のソテー いんげんのサラダ パン ミルク デザート 505/1.3/18.8	目玉焼きとウインナー 枝豆サラダ パン ミルク デザート 470/2.1/25.6	ロールパンサンド (ツナマヨ・玉子) 具沢山コーンスープ ミルク デザート 564/2.9/24.4	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 521/2.0/18.8
昼食	日替 A	牛肉の炒め おろしポン酢 小松菜と油揚げの煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 468/2.4/21.3	ホッケの開き オクラの香和え ご飯 味噌汁 デザート 450/2.5/21.4	豚肉の生姜焼き  温野菜サラダ ご飯 スープ デザート 589/1.1/17.8	カラスカレイの グリル 白菜の和え物 ご飯 スープ デザート 434/1.7/20.7	鶏肉のつくね焼き しろ菜とかまぼこのお浸し ご飯 味噌汁 デザート 500/2.8/22.3	つばすの漬け焼き さつま芋の糸昆布煮 ご飯 味噌汁 デザート 480/1.7/20.0	豚肉の時雨煮 長芋のなめ茸和え ご飯 味噌汁 デザート 462/2.3/20.6
	日替 B	★海鮮中華丼 小松菜と油揚げの煮浸し 味噌汁 デザート 445/2.1/17.7	醤油焼きうどん オクラの香和え ご飯 味噌汁 デザート 667/2.8/25.4	明太高菜ピラフ  温野菜サラダ スープ デザート 433/1.7/12.8	ペスカトーレ (海鮮のトマトパスタ) 白菜の和え物 ふりかけご飯 スープ デザート 490/2.5/21.9	鮭と大葉の混ぜ寿司 しろ菜とかまぼこのお浸し 味噌汁 デザート 439/2.6/15.1	五目ぶっかけ冷や麦 さつま芋の糸昆布煮 ゆかりご飯 デザート 672/3.2/24.1	天津飯  長芋のなめ茸和え 味噌汁 デザート 509/2.9/18.9
夕食	日替 A	鱈の酒粕焼き 茄子にしん 変わり奴 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 529/3.5/34.0	銀鮭の塩焼き アスパラとベーコンのソテー もずくと茗荷の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 605/3.1/27.1	平目のマッシュポテト 焼き ゴーヤチャンプル 青梗菜とカニカマのみぞれ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 637/2.8/33.7	鯛の幽庵焼き 人参と竹輪の金平 トマトと大葉のさっぱり和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 569/2.6/30.6	鰻と野菜の天ぷら レンコンのおかか煮 春菊の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 627/2.6/26.8	かんぱちの山椒煮 冬瓜と平天の炊き合わせ 胡瓜とめかぶの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 528/3.0/30.6	ぶり大根 焼き厚揚げ ほうれん草の錦糸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 609/3.2/32.5
	日替 B	豚カツ  茄子にしん 変わり奴 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 765/3.3/23.1	鶏肉と海老の ホイル包み アスパラとベーコンのソテー もずくと茗荷の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724/3.3/33.3	牛肉のすき煮 ゴーヤチャンプル 青梗菜とカニカマのみぞれ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 657/3.4/30.8	鶏肉ときのこの味噌 バター炒め 人参と竹輪の金平 トマトと大葉のさっぱり和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690/3.3/29.6	豚肉の野菜巻き レンコンのおかか煮 春菊の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 641/3.0/28.1	チキン南蛮 タルタルソースがけ  冬瓜と平天の炊き合わせ 胡瓜とめかぶの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 780/3.3/28.1	牛肉と帆立の 旨塩炒め 焼き厚揚げ ほうれん草の錦糸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 560/3.3/34.6

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29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