



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

8月18日(月)～8月24日(日)

		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
朝食	和食	海苔入りだし巻き玉子 しる菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 437/2.2/15.8	擬製豆腐 わかめの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 408/2.5/12.4	ツナと野菜の炒め物 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 443/1.3/14.3	焼きししゃもと 笹かまぼこ 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 452/2.3/20.5	★おにぎり (たらこ・菜飯) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 484/3.1/20.7	目玉焼きと粉ふき芋 キャベツのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479/2.2/17.4	五彩蒸しの 炊き合わせ もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 377/2.2/14.5
	洋食	ホットケーキ クリームスープ ミルク デザート 515/0.9/14.7	ロールキャベツの トマト煮 オニオンサラダ パン ミルク デザート 431/2.3/18.4	具沢山ポトフ コーンサラダ パン ミルク デザート 546/2.3/22.8	鱈のマヨネーズ焼き ブロッコリーのピーナッツ和え パン ミルク デザート 542/2.4/22.9	ピザトースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 504/2.2/20.4	海老のオーロラソース 野菜サラダ パン ミルク デザート 471/2.2/20.9	ハムソーテと スクランブルエッグ イタリアンサラダ パン ミルク デザート 504/2.3/23.3
昼食	日替 A	牛肉の甘辛炒め 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 603/2.6/13.1	★メバルの唐揚げ 山菜ナムル ご飯 味噌汁 デザート 413/1.1/20.2	鶏肉のマヨポン酢 炒め たたき胡瓜 ご飯 スープ デザート 560/2.4/22.9	カラスカレイの ラタトゥイユ 大根の華風和え ご飯 スープ デザート 456/2.3/21.3	豚肉の葱塩炒め さつま芋と枝豆のサラダ ご飯 スープ デザート 400/2.0/19.5	つばすの梅しそ焼き オクラの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 495/3.0/22.7	タンドリーチキン きのこマリネ ご飯 スープ デザート 545/3.0/23.6
	日替 B	かき揚げうどん 小松菜のお浸し 梅ちりめんご飯 デザート 604/2.7/21.1	お好み焼き 山菜ナムル ご飯 味噌汁 デザート 514/2.7/18.8	ねばねば五目そば (冷) たたき胡瓜 ゆかりご飯 デザート 591/3.1/24.4	エビピラフ 大根の華風和え スープ デザート 428/2.4/19.7	カルボナーラ スパゲティ さつま芋と枝豆のサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 622/2.7/33.7	牛丼 オクラの胡麻和え 味噌汁 デザート 434/3.1/19.0	ジャージャー麺 きのこマリネ ご飯 デザート 584/2.6/21.6
夕食	日替 A	平目と野菜の ホイル包み ゴーヤとさつま揚げの炒め物 春菊のなめたけ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 649/3.4/31.9	ぶりの山椒焼き 茄子のグリル パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 613/3.3/26.9	鱈のさらさ蒸し 卵の花 小松菜の菜種和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 586/3.7/31.2	松花堂	銀鮭の塩麴焼き ★ズッキーニと小海老のバター醤油 長芋と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 676/3.4/27.0	かんぱちと帆立の 黒酢炒め アスパラのたらこ炒め 春雨サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 738/3.8/34.5	鯛のムニエル バジルソース 生麩と里芋の田楽 ほうれん草の柚子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 619/3.1/29.1
	日替 B	チキンステーキ 和風おろしソース ゴーヤとさつま揚げの炒め物 春菊のなめたけ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 738/3.3/28.9	ビーフシチュー 茄子のグリル パプリカのマリネ ご飯 漬物 デザート 589/3.5/27.8	豚肉の味噌漬け焼き 卵の花 小松菜の菜種和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 613/3.6/28.4	8月11日(月)に 掲示致します。 	蒸し鶏と野菜の ピリ辛胡麻ソース ★ズッキーニと小海老のバター醤油 長芋と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684/3.5/27.9	豚肉と厚揚げの さっぱり煮 アスパラのたらこ炒め 春雨サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 701/3.0/27.9	牛肉の柳川煮 生麩と里芋の田楽 ほうれん草の柚子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 750/3.1/25.4

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 8月12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