



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

11月17日(月)～11月23日(日)

		17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)	
朝食	和食	具沢山 いわしのつみれ汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 421/2.3/18.1	麦とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 396/2.4/17.0	擬製豆腐 いんげんのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 446/2.3/14.2	赤魚の生姜煮 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 390/1.4/18.0	平天と三つ葉の玉子 とじ ピーマンの炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 418/1.8/12.6	飛龍頭の炊き合わせ もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 429/1.9/14.4	笹かまぼこと焼きたらこ オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 405/2.2/15.0	
	洋食	ミニハンバーグと野菜 ソテー マカロニサラダ パン ミルク デザート 477/2.3/17.2	カニカマ入り スクランブルエッグ 海藻サラダ パン ミルク デザート 458/2.1/19.9	鱈のピザ風焼き いんげんのピーナッツ和え パン ミルク デザート 531/2.5/19.4	ベーコンと野菜の玉子 炒め 枝豆サラダ パン ミルク デザート 516/2.2/21.6	チーズホットドッグ コーンスープ ミルク デザート 533/2.2/19.3	小倉トースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 412/1.4/13.5	海老のオーロラソース オクラサラダ パン ミルク デザート 469/2.0/20.9	
昼食	日替 A	あじの開き ごぼうの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 465/2.8/19.4	鶏肉の梅しそ焼き 長芋のなめ茸和え ご飯 味噌汁 デザート 533/2.3/23.3	鯖の漬け焼き 切干大根の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 534/2.1/16.9	肉じゃが  小松菜の和え物 ご飯 味噌汁 デザート 641/2.2/15.9	ホッケの塩焼き さつま芋の甘煮 ご飯 味噌汁 デザート 497/1.8/18.5	とん平焼き  しろ菜のナムル ご飯 すまし汁 デザート 594/2.1/20.6	メバルの唐揚げ 青梗菜のお浸し ご飯 スープ デザート 384/1.8/19.4	
	日替 B	ツナと大葉の混ぜ 寿司 ごぼうの胡麻和え 味噌汁 デザート 424/2.6/12.1	きつねそばと かやくごはん 長芋のなめ茸和え デザート 643/2.6/24.2	五目チャーハン 切干大根の煮物 味噌汁 デザート 437/2.8/16.9	担々麺 小松菜の和え物 ご飯 デザート 527/2.6/15.6	高菜しらす丼 さつま芋の甘煮 ご飯 味噌汁 デザート 461/2.2/16.6	ハムときのこの ペペロンチーノ しろ菜のナムル ご飯 すまし汁 デザート 633/2.5/21.6	カレーピラフ 青梗菜のお浸し スープ デザート 499/2.1/17.5	
夕食	日替 A	鯛のホイル包み スナッPEndウと小柱の炒め物 茄子と茗荷の和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 542/3.1/29.1	鱈の幽庵焼き 野菜のコンソメ煮 白菜とかまぼこの香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 591/3.3/28.2	銀鮭のムニエル クリームソース添え 里芋とイカの炊き合わせ ★うまい菜の辛子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 595/2.3/26.3	かんぱち大根 アスパラのたらこ炒め トマトの三杯酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 550/3.3/25.6	松花堂		すずきの柚子グラタン 南瓜と生麩の煮物 ミモザサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678/3.2/29.0	うなぎの柳川煮 焼き厚揚げ ほうれん草とコーンの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 696/3.5/29.5
	日替 B	★豚肉と野菜のすき 鍋 スナッPEndウと小柱の炒め物 茄子と茗荷の和え物 ご飯 漬物 デザート 672/2.6/21.6	牛ヒレ肉のカツレツ 野菜のコンソメ煮 白菜とかまぼこの香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684/3.6/29.5	鶏肉の西京焼き 里芋とイカの炊き合わせ ★うまい菜の辛子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 565/2.3/28.8	豚肉の有馬山椒焼き アスパラのたらこ炒め トマトの三杯酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 581/3.3/29.4	11月10日(月)に 掲示いたします。 		牛肉と帆立のオイスター炒め 南瓜と生麩の煮物 ミモザサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 650/3.2/29.1	鶏肉と彩り野菜の 塩麴炒め 焼き厚揚げ ほうれん草とコーンの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 645/2.7/26.4

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11月11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