



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!

パストラル加古川

12月28日(日)~1月3日(土)



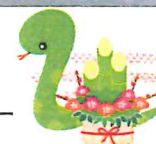
2026

熱量/塩分/蛋白質

		28日(日)	29日(月)	30日(火)	31日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)
朝食	朝A定食	肉団子の旨煮 ブロッコリーのおかか和え フルーツ ご飯 みそ汁 531kcal/2.9g/22.8g	鮭の塩焼き 小松菜のなめたけ和え 梅干し ご飯 みそ汁 460kcal/3.2g/19.2g	さつま揚げの 含め煮 インゲンの胡麻よごし 味付けのり ご飯 みそ汁 422kcal/3.1g/14.4g	鰯の開き 豆苗としめじのお浸し 納豆 ご飯 みそ汁 473kcal/3.2g/24.2g	謹賀新年  【おせち】 海老旨煮・鰯の照焼き 鯛の西京焼き・鮑煮貝 公魚南蛮・いか松笠 いか梅ヅル和え 合鴨・パストラミーフ 鶏三色巻・梅棒麩 か爪錦糸新丈・帆立照煮 昆布巻・たたきごぼう おさつ甘露・翡翠巻・蒟	ふくさ玉子 なめこおろし フルーツ ご飯 みそ汁 465kcal/2.9g/14.9g	がんもの炊き合わせ 玉ねぎの和え物 オクラのポン酢和え ご飯 みそ汁 467kcal/3.0g/14.2g
	朝B定食	ミートボール ブロッコリーのおかか和え フルーツ ロールパン ミルク 666kcal/3.3g/30.9g	具たくさん豆スープ 小松菜のなめたけ和え フルーツ イギリスパン ミルク 573kcal/3.0g/18.0g	ハムとトマトの ココット インゲンサラダ ヨーグルト トースト ミルク 630kcal/2.8g/25.7g	クラムチャウダー 豆苗としめじのお浸し チーズ イギリスパン ミルク 706kcal/3.3g/30.0g	 黒豆・数の子・なます 焼き湯葉・穂付き筍 葛羽衣・笹茶巾餅 梅人参・柿の巻 伊達巻き・枝豆テリヌ 紅白蒲鉾・栗きんとん	ウインナーのカレー ソテーとミニグラタン フルーツ ロールパン ミルク 664kcal/2.9g/20.3g	ポテのたらこマヨ焼と オクラサラダ ヨーグルト トースト ミルク 582kcal/2.7g/17.4g
昼食	昼A定食	牛肉の オイスター炒め ほうれん草の錦糸和え フルーツ ご飯 みそ汁 510kcal/3.1g/23.3g	たらの甘酢あんかけ ぜんまいのナムル フルーツ ご飯 すまし汁 473kcal/2.9g/19.2g	☆鶏のから揚げ 竹輪と人参の金平 しろ菜の和え物 ご飯 すまし汁 707kcal/3.0g/25.2g	白身魚の照り煮 ふきの新香和え グレープゼリー ご飯 みそ汁 427kcal/3.0g/18.7g		ポークチャップ ごぼうサラダ フルーツ ご飯 すまし汁 522kcal/3.0g/14.5g	鯖の味噌煮 里芋の田舎煮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 かきたま汁 559kcal/3.1g/23.9g
	昼B定食	ツナときのこの 和風スパゲティ ほうれん草の錦糸和え フルーツ コンソメスープ 504kcal/3.2g/18.2g	エビピラフ ぜんまいのナムル フルーツ ポタージュスープ 500kcal/3.1g/18.8g	赤魚の味噌焼き 竹輪と人参の金平 しろ菜の和え物 ご飯 すまし汁 448kcal/3.1g/19.6g	衣笠丼 ふきの新香和え グレープゼリー みそ汁 543kcal/3.0g/17.3g	赤飯 雑煮 おせち+雑煮 5000円 雑煮のみ 432円 (税込)  1350kcal/7.2g/60g	おかめうどん ごぼうサラダ フルーツ 472kcal/2.8g/13.7g	貝柱と野菜の かき揚げ 里芋の田舎煮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 かきたま汁 526kcal/3.0g/15.0g
夕食	夕A定食	めばるの煮付け 信田巻きの炊き合わせ 南瓜とくるみのサラダ ご飯 すまし汁 デザート 629kcal/3.1g/29.5g	牛肉の柳川煮 アスパラと小柱の塩炒め 白菜の青じそ風味和え ご飯 みそ汁 果物 591kcal/3.2g/34.1g	☆ぶりの漬け焼き 五彩蒸しの銀あんかけ 水菜の辛子和え ご飯 みそ汁 果物 603kcal/3.1g/29.7g	大晦日 年越しそば 筑前煮 青菜のポン酢和え 果物 ご飯  566kcal/3.3g/21.0g	新春メニュー  新春ちらし寿司 ♪牛肉と南瓜の甘辛煮 春菊の菊花和え 赤だし デザート  755kcal/3.4g/37.1g	鮭の バター醤油焼き 大根のそぼろあんかけ スナップエンドウの白和え ご飯 みそ汁 果物 663kcal/3.3g/33.1g	鶏肉の七味焼き 蓮根と海老の炒め物 わかめ酢 ご飯 すまし汁 果物 637kcal/3.0g/22.7g
	夕B定食	豚ロースの生姜焼き 信田巻きの炊き合わせ 南瓜とくるみのサラダ ご飯 すまし汁 デザート 640kcal/3.1g/14.6g	鯛の照り焼き アスパラと小柱の塩炒め 白菜の青じそ風味和え ご飯 みそ汁 果物 564kcal/3.0g/27.2g	豚肉と野菜の チーズソースかけ 五彩蒸しの銀あんかけ 水菜の辛子和え ご飯 みそ汁 果物 705kcal/3.3g/28.8g			牛肉とじゃが芋の ソテー 大根のそぼろあんかけ スナップエンドウの白和え ご飯 みそ汁 果物 618kcal/3.2g/31.5g	カレーのトマト煮 蓮根と海老の炒め物 わかめ酢 ご飯 すまし汁 果物 520kcal/3.4g/25.7g

食事予約表は 12月13日(土) 午後5時までにご提出下さい。

予約変更は12月22日(月) 午後5時までにお申し付け下さい。 ☆印はおすすめメニュー、♪印は新メニューです。



心をこめて Smile & Speedy

ハーベスト株式会社