



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!

パストラール尼崎

12月22日(月)～12月28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頂きます。

22日(月)		23日(火)		24日(水)		25日(木)		26日(金)		27日(土)		28日(日)	
朝食	和食 厚揚げと野菜の炊き合せ 蕗の香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 407/2.3/10.5	海苔入りだし巻き玉子 里芋の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 447/1.4/15.2	赤魚の甘辛煮 もやし酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 452/2.4/14.8	麦とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 397/2.4/17.1	具沢山豚汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 458/2.3/21.0	小海老と野菜の玉子とじ じゃが芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 555/2.5/18.0	擬製豆腐 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 372/2.2/12.3						
	洋食 鰯のタルタル焼き 和風サラダ パン ミルク デザート 468/2.3/16.0	ベーコンオニオンチーズトースト クリームスープ ミルク デザート 520/1.5/17.7	プレーンオムレツ オクラサラダ パン ミルク デザート 502/2.2/20.7	ミートボールと野菜のコンソメ煮 大根サラダ パン ミルク デザート 488/2.2/17.8	ウインナーと野菜のソテー 海藻サラダ パン ミルク デザート 471/2.4/16.5	ホットサンド(ツナコーンマヨ) チャウダースープ ミルク デザート 488/1.5/17.5	ミニグラタンとハッシュドポテト 小松菜のソテー パン ミルク デザート 520/2.0/15.9						

日替A	あじの梅しそ焼き プロッコリーとカニカマのマヨ和え ご飯 味噌汁 デザート 404/2.5/23.4	牛肉のおろし煮 ごぼうの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 549/2.3/20.1	カラスカレイのピカタ 春雨の中華和え ご飯 スープ デザート 543/2.5/23.3	八宝菜 青梗菜の和え物 ご飯 スープ デザート 454/1.6/17.4	白身魚のフリットタルタルソース添え 野菜のマリネ ご飯 スープ デザート 639/2.6/19.1	鶏肉のくわ焼き いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 デザート 590/2.6/21.1	めばるの生姜煮 しろ菜のナムル ご飯 味噌汁 デザート 438/2.2/20.4
日替B	ビビンバ丼 プロッコリーとカニカマのマヨ和え 味噌汁 デザート 600/2.4/24.5	山菜そば ごぼうの胡麻和え 菜飯 デザート 601/2.6/13.6	明太高菜ピラフ 春雨の中華和え スープ デザート 400/1.7/17.2	稲庭うどん 青梗菜の和え物 ゆかりご飯 デザート 435/2.6/11.6	あんかけチャーハン 野菜のマリネ スープ デザート 628/2.7/19.0	ミートソーススパゲティ いんげんの和え物 ふりかけご飯 味噌汁 デザート 613/2.6/22.6	牛丼 しろ菜のナムル 味噌汁 デザート 515/2.5/18.1

日替A	鯛の竜田揚げ ★冬瓜の柚子あんかけ 南瓜サラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 681/2.8/27.4	鰯の木賊焼き 野菜チヂミ ★うまい菜の錦糸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 605/3.1/32.6	松花堂 12月15日(月) 掲示いたします。 	かんぱちの照り焼き 平天とひじきの煮物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 590/3.2/34.0	銀鮭の幽庵焼き ピーマンとしらすの炒め物 白菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 583/3.3/29.0	ぶりの煮付け 点心盛り合わせ 春菊ときのこのお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 724/3.3/33.3	海老のあられ揚げ ★かぶとイカの煮物 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 623/3.2/21.1
日替B	鶏肉と野菜の味噌煮込み ★冬瓜の柚子あんかけ 南瓜サラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 709/3.1/26.5	粕汁鍋 野菜チヂミ ★うまい菜の錦糸和え ご飯 漬物 デザート 573/2.1/30.3	牛ヒレのガーリックソテー 平天とひじきの煮物 ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683/3.2/32.6	ハンバーググラタン ピーマンとしらすの炒め物 白菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 720/3.4/33.0	豚肉と帆立のオイスター炒め 点心盛り合わせ 春菊ときのこのお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 716/3.2/28.5	鶏肉の二色焼き(タレ・柚子胡椒) ★かぶとイカの煮物 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 620/2.3/32.2	

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 12月16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

