



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29日(月)～1月4日(日)

29日(日)		30日(火)		31日(水)		1日(木)		2日(金)		3日(土)		4日(日)			
朝食	和食	さつま揚げと野菜の旨煮 ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート	いわしのかつお煮 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート	目玉焼きと野菜炒め いんげんのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート	467/2.1/15.9	1日(木)	謹賀新年 くおせち 二段重 祝有頭海老 鯛の西京焼き ぶりの柚庵焼き	野菜たっぷり けんちん汁 おばんざい盛り合わせ ご飯 漬物 デザート	444/2.3/14.8	2日(金)	海老入り湯豆腐 さつま芋の金平 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	458/2.3/15.8	3日(土)	おにぎり(梅・おかか) おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート	457/2.2/20.9
	洋食	ハムと野菜のマヨネーズ焼き 枝豆サラダ パン ミルク デザート	明太チーズトースト ポタージュスープ ミルク デザート	魚介のクリーム煮 いんげんのピーナッツ和え パン ミルク デザート	540/2.1/21.3	440/2.2/16.5	鯛の子 穴子八幡・う巻き 一口にしん・くわい 数の子・錦糸砧巻き 紅白かまぼこ・葉種 蛇龍蓮根・花蓮根	ワインナーと スクランブルエッグ シーザーサラダ パン ミルク デザート	529/2.2/18.6	440/2.2/16.5	フレンチトースト ミネストローネ ミルク デザート	480/1.7/14.5	4日(日)	チキンナゲットと野菜のソテー オニオンサラダ パン ミルク デザート	514/1.8/23.6
昼食	日替 A	麻婆豆腐 白菜の和え物 ご飯 スープ デザート	カラスカレイのパン粉焼き ★はたけ菜とコーンの和え物 ご飯 スープ デザート	牛肉ともやしの炒め物 春巻き ご飯 味噌汁 デザート	609/2.3/20.4	539/0.9/21.6	いくらなます 串帆立・エビチリ 栗きんとん 田作り・黒豆 伊達巻・寿高野 千草焼き・唐墨	ほっけの照り焼き キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 デザート	427/2.6/22.3	534/2.6/24.1	豚肉の生姜焼き 長芋短冊 ご飯 味噌汁 デザート	580/2.1/18.9	あじの唐揚げ きのこのマリネ ご飯 スープ デザート	564/1.9/23.8	
	日替 B	柚子おぼろ昆布うどん 白菜の和え物 ゆかりご飯 デザート	ちゃんぽん麺 ★はたけ菜とコーンの和え物 ご飯 デザート	ポークカレーライス 春巻き 福神漬け デザート	632/2.7/18.9	448/2.1/12.2	蒟蒻・筍・蕗・梅人參 チキンロール ローストビーフ 赤飯 栗ご飯 雑煮	温玉そぼろ丼 キャベツのゆかり和え 味噌汁 デザート	597/2.9/24.9	603/1.6/24.9	生姜天そば 長芋短冊 菜飯 デザート	600/2.7/18.5	五目チャーハン きのこのマリネ スープ デザート	435/2.5/16.4	
夕食	日替 A	鰯のさらさ蒸し れんこんとツナの炒め物 ブロッコリーのミモザサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート	鯛の七味焼き ふろふき大根 めかぶとカニカマの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート	大晦日	元旦	一本メニュー	銀鮭の塩焼き 春雨とベーコンの炒め物 小松菜の辛子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート	651/3.1/34.5	595/3.3/33.0	年越しそば ミニ天ぷら ほうれん草の柚子和え 炊き込みご飯 漬物 デザート	719/2.5/28.7	756/3.8/37.3	748/2.5/28.5	かんぱちの西京焼き 筍とイカのピリ辛炒め 茹でスナップエンドウ ご飯 すまし汁 漬物 デザート	586/2.3/29.2
	日替 B	豚肉のアスパラ巻き れんこんとツナの炒め物 ブロッコリーのミモザサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート	鶏肉の唐揚げ 梅肉おろしがけ ふろふき大根 めかぶとカニカマの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート	716/3.3/31.7	716/3.3/31.7	719/2.5/28.7	756/3.8/37.3	748/2.5/28.5	牛すき鍋 いかの磯辺揚げ わかめと胡瓜の酢の物 ご飯 漬物 デザート	748/2.5/28.5	748/2.5/28.5	748/2.5/28.5	鶏肉と帆立のクリームシチュー 春雨とベーコンの炒め物 小松菜の辛子和え ご飯 漬物 デザート	759/2.3/33.0	

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23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