



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 422/1.8/12.8	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 432/2.2/17.9	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	 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  鯛の子 穴子八幡・う巻き 一口にしん・くわい 数の子・錦糸砵巻き 紅白かまぼこ・菜種 蛇龍蓮根・花蓮根	野菜たっぷりけんちん汁 おぼんざい盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 444/2.3/14.8	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	おにぎり(梅・おかか) おぼんざい盛り合わせ 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 536/2.1/18.7	明太チーズトースト ポタージュスープ ミルク デザート 440/2.2/16.5	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		ウ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	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	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 539/0.9/21.6	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 534/2.6/24.1	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	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	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 448/2.1/12.2	ちゃんぽん麺 ★はたけ菜とコーンの和え物 ご飯 デザート 603/1.6/24.9	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	蒟蒻・筍・落・梅人参 チキンロール ローストビーフ 赤飯 栗ご飯 雑煮 1120/5.6/63.2	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	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 651/3.1/34.5	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 595/3.3/33.0	大晦日  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		元旦  海鮮漬け寿司  鰻のかば焼き 茶碗蒸し 春菊の湯葉和え 赤だし デザート 756/3.8/37.3		一本メニュー  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	
	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 630/3.0/34.6	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			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 620/3.0/25.9		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	
		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				牛肉の赤ワイン煮込み 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 705/3.4/33.6			

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**