



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

2月9日(月)～2月15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いただきます。

		9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)
朝食	和食	麦とろろご飯 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 397/2.4/17.0	さつま揚げと野菜の 炊き合わせ インゲンの黒ゴマよごし ご飯 味噌汁 漬物 デザート 414/2.2/12.0	笹かまぼこと 焼きししゃも 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 434/2.3/19.1	目玉焼きと粉ふき芋 ブロッコリーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/2.2/16.0	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 405/2.3/15.0	小海老と野菜の炒め 物 じゃが芋の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 410/2.0/11.9	赤魚の照り煮 もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 436/2.0/21.7
	洋食	ミニハンバーグと 温野菜 グリーンサラダ パン ミルク デザート 531/2.3/21.8	ホットケーキ 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 531/1.8/16.0	ハム入りスクランブル エッグ 野菜サラダ パン ミルク デザート 445/2.3/20.2	ロールキャベツのトマ ト煮 ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 437/2.4/15.2	ウインナーと きのこソテー シーザーサラダ パン ミルク デザート 522/2.1/17.6	サンドイッチ (ハムレタス・玉子) オニオンスープ ミルク デザート 524/2.1/17.8	肉団子と南瓜のク リームシチュー イタリアンサラダ パン ミルク デザート 552/3.1/18.0
昼食	日替 A	ほっけの開き れんこんの甘辛炒め ご飯 味噌汁 デザート 477/2.8/22.0	鶏肉のつくね焼き オクラの青じそ和え ご飯 スープ デザート 539/2.0/16.8	エビマヨ 落の香和え ご飯 スープ デザート 539/2.0/16.8	牛肉のスタミナ炒め しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 432/2.5/12.3	めばるの生姜煮 キャベツのさっぱり和え ご飯 味噌汁 デザート 480/2.1/19.3	豚肉の葱塩炒め ごぼうサラダ ご飯 スープ デザート 553/2.6/22.6	かに玉 白菜のツナ和え ご飯 味噌汁 デザート 573/2.6/23.5
	日替 B	★だし巻きあんかけ 丼 れんこんの甘辛炒め 味噌汁 デザート 457/2.3/12.0	ソース焼きそば オクラの青じそ和え ご飯 スープ デザート 682/2.8/21.6	明太子とコーンのピラ フ 落の香和え スープ デザート 446/2.4/12.6	けんちんうどん しろ菜のお浸し ゆかりご飯 デザート 635/2.8/22.1	牛丼 キャベツのさっぱり和え 味噌汁 デザート 457/1.9/17.0	カルボナーラスパゲ ティ ごぼうサラダ ふりかけご飯 スープ デザート 610/2.7/24.6	しらすと大葉の混ぜ 寿司 白菜のツナ和え 味噌汁 デザート 509/2.9/15.9
夕食	日替 A	ぶり大根 きのこといかの炒め物 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 661/3.1/29.1	鰯のグリル 粒マスタードソース 茄子の煮浸し 春雨の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 579/3.1/22.6	銀鮭のマッシュポテト チーズ焼き 小松菜とベーコンのソテー 中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 701/3.4/30.3	すずきの唐揚げ 中華あんかけ 翡翠餃子 長芋の刻み山葵和え ご飯 スープ 漬物 デザート 701/3.4/30.1	鯛の塩焼き(身・カマ) 里芋の唐揚げ ほうれん草の柚子浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 608/2.5/26.1	かんぱちの漬け焼き さつま芋の甘煮 大根のマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 564/3.0/25.0	真あじフライ タルタルソース添え かぶと京揚げの炊き合わせ レタスとくるみのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 732/3.0/29.6
	日替 B	豚肉のミルフィーユカ ツ きのこといかの炒め物 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 718/3.3/20.9	おでん(鍋) 茄子の煮浸し 春雨の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 706/3.1/31.6	鶏肉のすき煮 小松菜とベーコンのソテー 中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 706/3.1/30.4	豚肉のオイスター煮 込み 翡翠餃子 長芋の刻み山葵和え ご飯 スープ 漬物 デザート 712/3.4/22.7	★鶏肉の白みそグラ タン 里芋の唐揚げ ほうれん草の柚子浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691/3.4/27.1	野菜の肉詰め盛り合 わせ さつま芋の甘煮 大根のマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 646/3.0/19.8	鶏肉の二種焼き (柚子胡椒・塩麴) かぶと京揚げの炊き合わせ レタスとくるみのサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 685/2.2/30.6

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 2月3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