



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2日(月)～2月8日(日)

		2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)
朝食	和食	平天と野菜の炊き合わせ オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 461/2.1/15.4	具沢山豚汁  小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 458/2.3/21.1	赤魚の甘辛煮 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 440/2.0/15.5	擬製豆腐 青梗菜の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 399/2.1/12.2	しらす粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 405/2.6/19.3	カニカマ入りだし巻き玉子 しる菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 425/2.3/16.0	肉団子と野菜の煮物 めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 417/2.4/12.4
	洋食	ほうれん草とベーコンの玉子炒め オクラサラダ パン ミルク デザート 455/1.9/18.5	ロールパンサンド(ツナマヨ・玉子) コンソメスープ ミルク デザート 567/2.4/21.6	ミニグラタンとハムソテー 豆サラダ パン ミルク デザート 526/2.2/21.7	鱈のタルタル焼き 青梗菜の炒め物 パン ミルク デザート 568/2.5/21.3	南瓜と海老のコーンクリーム煮 ごまドレサラダ パン ミルク デザート 533/1.8/22.7	焼きそばパン  具沢山ミネストローネ ミルク デザート 552/2.4/17.1	ピザ風オムレツ 豆腐サラダ パン ミルク デザート 540/2.8/24.1
昼食	日替A	鶏肉の粒マスタードグリル インゲンとコーンのサラダ ご飯 スープ デザート 621/1.9/19.1	サーモンフライ 温野菜サラダ ご飯 スープ デザート 648/1.8/12.0	豚肉と玉子のチリソース炒め 春菊の和え物 ご飯 スープ デザート 608/2.4/14.4	めばるの煮付け 蒟の土佐和え ご飯 味噌汁 デザート 520/2.4/20.6	タンドリーチキン ブロッコリーとりんごのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 626/2.6/22.8	カラスカレイのムニエル 春雨の華風和え ご飯 スープ デザート 500/1.9/20.7	牛肉の塩炒め 小松菜のナムル ご飯 スープ デザート 532/2.2/22.0
	日替B	稲庭うどん インゲンとコーンのサラダ 菜飯 デザート 579/2.7/14.2	山菜そぼろピラフ 温野菜サラダ スープ デザート 528/1.3/16.3	きのこあんかけそば 春菊の和え物 ゆかりご飯 デザート 575/2.3/16.5	木の葉丼 蒟の土佐和え 味噌汁 デザート 586/2.5/20.9	皿うどん ブロッコリーとりんごのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 653/2.6/21.4	明太高菜チャーハン 春雨の華風和え スープ デザート 522/1.7/12.6	海の幸ペロンチーノ 小松菜のナムル ふりかけご飯 スープ デザート 622/2.7/23.2
夕食	日替A	鱈の幽庵焼き こんにゃくの田楽 焼き茄子と大葉のさっぱり和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 608/2.2/25.6	節分  海鮮巻き寿司 いなり寿司	十勝鍋 ピーマンのじゃこ炒め 柚子大根 ご飯 漬物 デザート 563/3.1/30.9	ぶりの山椒焼き 里芋とイカの煮物 茹でスナップエンドウ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 559/2.6/25.9	かんぱちの照り煮 卯の花 彩野菜のマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 615/2.9/25.9	鯛の香味焼き 高野豆腐の炊き合わせ 白菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667/3.0/33.9	★鯖のカレーフライ アスパラとベーコンのソテー ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724/3.3/29.3
	日替B	牛肉と野菜の旨煮 こんにゃくの田楽 焼き茄子と大葉のさっぱり和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 660/2.6/24.9	小さいわしの梅煮 五目煮豆 赤だし デザート 724/3.2/32.9	鶏肉と厚揚げの生姜煮 ピーマンのじゃこ炒め 柚子大根 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 650/3.4/33.1	豚肉の野菜巻きフライ 里芋とイカの煮物 茹でスナップエンドウ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 704/2.0/23.3	牛肉の朴葉味噌焼き 卯の花 彩野菜のマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 676/3.3/22.5	豚しゃぶと温野菜の胡麻ポン酢 高野豆腐の炊き合わせ 白菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682/3.3/20.9	鶏肉と帆立のクリームシチュー アスパラとベーコンのソテー ゆでほうれん草 ご飯 漬物 デザート 739/2.9/32.0

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 1月27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