



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

3月2日(月)～3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	野菜たっぷりけんちん汁	葱入りだし巻き玉子	いわしのかつお煮	玉子粥	ツナと野菜の炒め物	豆腐のふわふわ寄せ						
洋食	ハムエッグ	ピザトースト	ロールキャベツのクリーム煮	ワインナーとハッシュドポテト	鮭のチーズ焼き	ホットケーキ	ペーコンと野菜のカレー炒め						
	ごぼ天と野菜の炊き合せ 大根の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	おばんざい盛り合わせ ご飯 漬物 デザート	しろ菜の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	もやしの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート	小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート	さつま芋の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート						
	413/2.4/13.2	444/2.3/14.8	546/2.2/18.3	429/2.5/17.7	400/2.3/12.1	477/1.7/12.8	427/2.5/13.2						
	ハムエッグ 大根サラダ パン ミルク デザート	ピザトースト コンソメスープ ミルク デザート	ロールキャベツのクリーム煮 しろ菜の炒め物 パン ミルク デザート	ワインナーとハッシュドポテト 和風サラダ パン ミルク デザート	鮭のチーズ焼き 胡瓜のサラダ パン ミルク デザート	ホットケーキ 具沢山ミネストローネ ミルク デザート	ペーコンと野菜のカレー炒め 豆サラダ パン ミルク デザート						
	510/2.3/23.0	390/2.0/14.3	437/2.4/15.7	531/2.0/16.0	451/2.2/17.4	503/2.2/14.6	549/2.0/18.9						

昼食	日替A	麻婆茄子 オクラのなめ茸和え ご飯 スープ デザート	白身魚フライ 春雨サラダ ご飯 スープ デザート	牛肉の時雨煮 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 デザート	めばるの味噌煮 キャベツのゆかり和え ご飯 すまし汁 デザート	鶏肉のちゃんちゃん焼き 小松菜と油揚げの煮浸し ご飯 すまし汁 デザート	あじの梅しそ焼き ★うまい菜の昆布和え ご飯 味噌汁 デザート	豚肉の生姜焼き レタスとりんごのサラダ ご飯 スープ デザート
食	日替B	のっぺいどん オクラのなめ茸和え ゆかりご飯 デザート	たらこレタスチャーハン 春雨サラダ スープ デザート	キムチラーメン 春菊のお浸し ご飯 デザート	温玉そぼろ丼 キャベツのゆかり和え すまし汁 デザート	にしんそば 小松菜と油揚げの煮浸し 梅ちりめんご飯 デザート	鮭とコーンのピラフ ★うまい菜の昆布和え 味噌汁 デザート	海老としめじの柚子風味スパゲティ レタスとりんごのサラダ ぶりかけご飯 スープ デザート
		519/2.4/14.7	636/1.6/20.6	509/2.3/16.0	514/2.2/17.2	501/2.2/19.3	512/2.4/20.7	616/2.7/25.3
		592/2.3/16.1	525/1.9/16.6	508/2.3/19.5	601/2.8/21.1	611/2.9/26.6	505/2.1/19.0	635/3.1/28.1

夕食	日替A	ぶりの塩麹焼き かぶの柚子あんかけ ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	一本メニュー ひな散らし寿司 卯の花	銀鮭の塩焼き 南瓜のいとこ煮 めかぶとカニカマの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート	鰯の菜種焼き アスパラと小柱の炒め物 はたけ菜とかまぼこの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	かんぱち大根 茄子の利休焼き 長芋と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	鯛のホイル包み 野菜のコンソメ煮 ブロッコリーのミモザサラダ ご飯 スープ 漬物 デザート	すずきと春野菜の天ぷら ★スナップエンドウとエリンギのガーリック炒め 筍の土佐和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート
食	日替B	豚肉のアスパラ巻き かぶの柚子あんかけ ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	菜の花のお浸し 赤だし デザート	ささみチーズフライ 南瓜のいとこ煮 めかぶとカニカマの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート	豚肉の角煮 アスパラと小柱の炒め物 はたけ菜とかまぼこの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	牛肉と帆立の旨塩炒め 茄子の利休焼き 長芋と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート	鶏肉とマカロニのグラタン 野菜のコンソメ煮 ブロッコリーのミモザサラダ ご飯 スープ 漬物 デザート	牛肉の赤ワイン煮込み 野菜のコンソメ煮 ブロッコリーのミモザサラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート
		586/3.4/27.3	631/3.0/29.7	631/3.0/29.7	582/3.2/23.0	584/3.0/25.8	645/3.2/34.4	603/2.2/23.9
		523/3.0/28.8	615/3.3/33.9	736/3.1/36.4	715/3.0/30.9	715/3.0/28.0	728/3.2/33.5	614/3.2/33.0

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 2月24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

