



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

3月16日(月)～3月22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。

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝食	和食 平天と三つ葉の玉子とじ しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 403/1.8/14.4	五彩蒸しの炊き合わせ もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 408/1.9/10.7	ミニハンバーグ 和風煮込み 青梗菜の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469/2.0/14.8	いわしの梅煮 ブロッコリーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 435/2.3/18.1	具沢山鶏団子汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 482/21.2/2.5	おにぎり (ツナマヨ・梅) おぼんざい盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 559/2.4/19.9	ロールキャベツの旨煮 いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 424/2.4/10.6
	洋食 チキンナゲットと野菜のソテー マカロニサラダ パン ミルク デザート 505/1.5/19.9	サンドイッチ (ハムチーズ・玉子) クリームスープ ミルク デザート 527/1.9/20.4	鱈のカレー焼き 青梗菜の炒め物 パン ミルク デザート 522/2.3/18.8	プレーンオムレツ ブロッコリーサラダ パン ミルク デザート 534/2.6/21.4	魚介のトマト煮 イタリアンサラダ パン ミルク デザート 500/2.2/19.3	チーズホットドッグ コーンスープ ミルク デザート 583/2.2/19.3	ウインナーと野菜の玉子炒め 海藻サラダ パン ミルク デザート 569/2.4/22.7
昼食	日替A 牛肉のもやし炒め オクラの香和え ご飯 スープ デザート 633/2.5/17.4	めばるの煮付け 春雨の酢の物 ご飯 味噌汁 デザート 507/2.0/17.3	コロッケ盛り合わせ 菜の花の辛子和え ご飯 スープ デザート 659/2.2/17.2	カレーの照り焼き 筍の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 508/2.7/23.2	鶏肉のマヨポン酢炒め 白菜のザーサイ和え ご飯 スープ デザート 559/2.6/23.4	鯖のもろみ焼き ごぼうサラダ ご飯 すまし汁 デザート 615/2.1/23.4	豚肉のみぞれ煮 焼ききのこポン酢 ご飯 味噌汁 デザート 565/2.2/19.4
	日替B 生姜天そば オクラの香和え 菜飯 デザート 589/2.5/17.8	お好み焼き 春雨の酢の物 ご飯 味噌汁 デザート 588/2.3/16.9	山菜きつねうどん 菜の花の辛子和え ゆかりご飯 デザート 640/2.6/17.8	高菜しらす丼 筍の煮物 味噌汁 デザート 501/2.9/13.6	五目にゆうめん 白菜のザーサイ和え 梅ちりめんご飯 デザート 553/2.8/14.4	カニカマレタスチャーハン ごぼうサラダ すまし汁 デザート 540/1.8/17.3	ナポリタンスパゲティ 焼ききのこポン酢 ご飯 味噌汁 デザート 666/1.7/19.2
夕食	日替A 鮭ときのこのホイル包み焼き 大根と厚揚げの炊き合わせ ★うまい菜の菜種和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 607/2.6/30.9	鱈の木賊焼き スナップエンドウとしらすのガーリック炒め 長芋の梅肉がけ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 600/2.8/33.7	★カマスの一晩干し 玉子豆腐の炊き合わせ 焼き茄子と大葉のさっぱり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 538/3.0/28.0	ぶり大根 さつま芋のレモン煮 ★豆あじの南蛮漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 704/2.6/36.5	鯛の大和蒸し アスパラとイカのソテー 梅くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 664/3.2/32.0	海老のあられ揚げ 小松菜とベーコンの炒め物 パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685/2.9/20.9	かんぱちの西京焼き れんこんとささみのソテー 胡瓜と桜海老の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 589/2.3/32.6
	日替B 鶏肉のグリル デミグラスソース 大根と厚揚げの炊き合わせ ★うまい菜の菜種和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 728/3.0/32.7	牛肉の野菜巻き スナップエンドウとしらすのガーリック炒め 長芋の梅肉がけ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 610/3.3/32.3	豚肉と野菜の豆乳煮 玉子豆腐の炊き合わせ 焼き茄子と大葉のさっぱり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 649/3.2/31.0	鶏肉の二種焼き (胡麻味噌・葱塩) さつま芋のレモン煮 ★豆あじの南蛮漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 725/2.9/37.5	豚ヒレカツの玉子とじ アスパラとイカのソテー 梅くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 721/3.2/23.2	鶏肉と帆立のクリームシチュー 小松菜とベーコンの炒め物 パプリカのマリネ ご飯 漬物 デザート 736/2.9/33.3	牛肉のオイスター煮込み れんこんとささみのソテー 胡瓜と桜海老の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 645/2.5/28.6

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 3月10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