



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

4月6日(月)～4月12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。

		6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
朝食	和食	カニカマと野菜の玉子炒め 大根の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 433/2.3/13.1	焼きししゃもと笹かまぼこ 里芋の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 421/1.9/18.4	具沢山豚汁  小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 470/2.3/17.3	豆腐のふわふわ寄せ 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 524/1.7/10.3	おにぎり(鮭・菜めし) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 500/2.5/23.0	赤魚の漬け焼き しる菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 441/2.3/18.4	貝柱と三つ葉の玉子とじ 胡瓜のゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 402/2.1/14.2
	洋食	ロールキャベツのコンソメ煮 大根サラダ パン ミルク デザート 444/2.0/14.7	サンドイッチ  ポタージュスープ ミルク デザート 559/2.6/19.3	ミニグラタンと野菜ソテー 豆サラダ パン ミルク デザート 477/1.7/17.1	目玉焼きとウインナー 野菜炒め パン ミルク デザート 497/2.0/21.3	魚介のトマト煮 オニオンサラダ パン ミルク デザート 453/2.5/24.2	コーンマヨチーズトースト コンソメスープ ミルク デザート 436/2.4/16.2	ベーコンソテーとハッシュドポテト 胡瓜のサラダ パン ミルク デザート 561/1.5/16.0
昼食	日替A	★まるごと小あじの甘酢あんかけ オクラの和え物 ご飯 味噌汁 デザート  637/1.8/22.7	豚肉豆腐 長芋の梅肉和え ご飯 すまし汁 デザート 639/1.9/19.7	カレイのラタトゥイユ 青梗菜のナムル ご飯 スープ デザート 514/2.4/20.5	鶏肉の唐揚げ  れんこんサラダ ご飯 すまし汁 デザート 589/2.3/24.3	めばるの山椒煮 インゲンの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 508/2.3/20.7	テンジャオロース キャベツのさっぱり和え ご飯 スープ デザート 568/2.6/17.8	エビテリ  ブロッコリーのツナマヨ和え ご飯 スープ デザート 663/1.9/23.1
	日替B	衣笠井 オクラの和え物 味噌汁 デザート  542/1.8/19.1	稲庭うどん 長芋の梅肉和え ゆかりご飯 デザート 604/2.8/14.1	山菜じゃこピラフ 青梗菜のナムル スープ デザート 510/2.4/12.4	きのこあんかけそば れんこんサラダ 菜飯 デザート 645/2.2/16.1	ピビンパ井 インゲンの胡麻和え 味噌汁 デザート 553/2.4/21.5	明太クリームスパゲティ キャベツのさっぱり和え ふりかけご飯 スープ デザート 658/2.6/24.1	高菜チャーハン ブロッコリーのツナマヨ和え スープ デザート 581/2.2/18.2
夕食	日替A	銀鮭のちゃんちゃん ホイル包み 冬瓜と生麩の炊き合わせ 小松菜の辛子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 605/3.2/26.0	鯛の塩麩焼き ひじきの煮物 柚子白菜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 634/3.4/32.5	かんぱちの照り焼き ほうれん草とベーコンのソテー きのこぼん酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 608/2.9/30.1	ぶりの煮付け 人参しりしり 春菊のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 646/3.2/28.9	海鮮カルパッチョ さつま芋のレモン煮 春雨サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 653/2.2/27.7	すずきの柚子グラタン ビーフン炒め 茄子と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 665/3.1/32.4	鱈の揚げおろし煮 アスパラとあさりのソテー うまい菜とかまぼこの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 602/3.1/29.0
	日替B	鶏肉の葱塩焼き 冬瓜と生麩の炊き合わせ 小松菜の辛子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 716/2.9/29.4	和風煮込みハンバーグ  ひじきの煮物 柚子白菜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 735/3.4/30.8	牛肉ミルフィーユカツ ほうれん草とベーコンのソテー きのこぼん酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 758/3.4/32.5	豚肉と野菜の五目炒め 人参しりしり 春菊のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 726/3.1/24.3	鶏肉の香草パン粉焼き さつま芋のレモン煮 春雨サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 653/2.4/26.5	★棒ヒレカツ ビーフン炒め 茄子と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 703/3.5/28.7	牛肉の朴葉味噌焼き アスパラとあさりのソテー うまい菜とかまぼこの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 692/2.6/23.6

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31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