



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!

パストラルール尼崎

4月27日(月)~5月3日(日)

		27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝食	和食	笹かまぼこと焼きたらこ オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 405/2.3/15.0	竹輪ときのこの玉子とじ 白菜のゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 475/2.3/16.5	平天と野菜の炊き合わせ いんげんの炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 504/2.5/14.2	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 421/2.3/16.0	高菜粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 405/2.6/15.2	明太入りだし巻き玉子 落の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 431/2.5/15.9	赤魚の照り煮 しろ菜の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 433/2.6/20.1
	洋食	ミートボールと野菜のトマト煮 オクラサラダ パン ミルク デザート 454/2.2/16.8	ピザトースト ポタージュスープ ミルク デザート 452/2.2/17.2	魚介のクリーム煮 いんげんの炒め物 パン ミルク デザート 548kcal	ミニハンバーグときのこソテー トマトサラダ パン ミルク デザート 513/1.9/18.4	ツナコーンオムレツ イタリアンサラダ パン ミルク デザート 502/2.6/20.0	焼きそばパン オニオンスープ ミルク デザート 541/2.4/16.3	チキンナゲットと野菜のソテー 海藻サラダ パン ミルク デザート 494/2.0/18.8
昼食	日替A	鶏肉の粒マスタードグリル ごぼうの甘辛炒め ご飯 スープ デザート 539/2.0/17.8	めばるの味噌煮 レタスとカニカマの和え物 ご飯 すまし汁 デザート 540/2.1/19.9	牛肉の旨塩炒め 餃子 ご飯 味噌汁 デザート 600/2.4/19.3	幕の内弁当 焼き魚 ミニ天ぷら	ほっけの塩焼き きのこのすだち和え ご飯 味噌汁 デザート 505/1.8/18.8	ポークチャップ 山菜ナムル ご飯 スープ デザート 610/2.6/14.1	鯖の煮付け 里芋の煮っ転がし ご飯 すまし汁 デザート 550/2.1/22.5
	日替B	にしんそば ごぼうの甘辛炒め ゆかりご飯 デザート 639/2.8/20.7	あんかけチャーハン レタスとカニカマの和え物 すまし汁 デザート 506/1.9/15.6	野菜たっぷり味噌ラーメン 餃子 ご飯 デザート 659/2.5/20.7	だし巻き玉子 炊き合わせ お浸し ご飯 味噌汁 デザート 670/2.7/29.2	中華丼 きのこのすだち和え 味噌汁 デザート 506/2.4/15.2	のっぺうどん 山菜ナムル 菜飯 デザート 552/2.1/14.4	あさりと枝豆のピラフ 里芋の煮っ転がし すまし汁 デザート 533/1.9/18.5
夕食	日替A	鯛の酒蒸し れんこんとじゃこの炒め物 胡瓜の華風和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 618/3.3/34.4	丸あじの姿焼き 高野豆腐の炊き合わせ 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 581/3.3/29.6	サーモンのムニエル バルサミソース ★うまい菜とコーンのソテー 大根サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 758/2.6/27.4	ぶりの山椒煮 茄子の煮浸し 小松菜とかまぼこの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 660/3.3/33.3	かんぱちの酒粕漬け焼き アスパラとベーコンの炒め物 春雨の酢の物 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 646/3.4/30.6	エビフライ 南瓜の洋風煮 ほうれん草のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 658/3.2/25.6	鱈の幽庵焼き ゴーヤチャンプル こんにゃくの白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 569/2.6/32.4
	日替B	豚しゃぶと温野菜 胡麻ポン酢 れんこんとじゃこの炒め物 胡瓜の華風和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 736/3.3/19.9	肉じゃがコロッセ 高野豆腐の炊き合わせ 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683/3.3/27.6	酢鶏 ★うまい菜とコーンのソテー 大根サラダ ご飯 スープ 漬物 デザート 685/3.0/23.1	豚肉と帆立の中華炒め 茄子の煮浸し 小松菜とかまぼこの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 658/3.0/22.4	牛肉と野菜の旨煮 アスパラとベーコンの炒め物 春雨の酢の物 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 735/3.4/23.2	鶏肉の西京焼き 南瓜の洋風煮 ほうれん草のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 559/2.7/27.9	牛肉の野菜巻き 甘辛ソース ゴーヤチャンプル こんにゃくの白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 622/3.3/34.0

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 4月21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