



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13日(月)~4月19日(日)

		13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)
朝食	和食	野菜雑炊 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 452/2.6/18.4	信田巻きと野菜の炊き合わせ もやしの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 379/2.3/12.7	具沢山けんちん汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 463/2.5/20.2	赤魚の甘辛煮 しろ菜の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 498/2.5/15.5	いわしつみれの煮物 小松菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 400/2.3/14.1	関西風だし巻き玉子 落の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 448/2.5/14.1	海老入り煮奴 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 437/1.9/17.7
	洋食	ウインナーと野菜の炒め物 和風サラダ パン ミルク デザート 564/2.2/23.4	ホットケーキ  具沢山チャウダースープ ミルク デザート 555/1.6/21.6	鱈のマヨネーズ焼き コーンサラダ パン ミルク デザート 567/2.5/22.8	ミートボールのクリーム煮 しろ菜の炒め物 パン ミルク デザート 581/1.9/22.2	カニカマ入りスクランブルエッグ ごまドレサラダ パン ミルク デザート 464/1.9/20.9	ホットサンド(ベーコン・チーズ) ミネストローネ ミルク デザート 491/2.4/17.6	ジャーマンポテト シーザーサラダ パン ミルク デザート 537/2.0/17.3
昼食	日替A	豚肉のピカタ  はたけ菜のナムル ご飯 スープ デザート 665/2.6/19.0	めばるの梅煮 白菜の和え物 ご飯 すまし汁 デザート 552/1.9/19.3	★三種のコロッケ盛り合わせ たけのこのおかか和え ご飯 スープ デザート 671/2.1/16.8	ほっけの干物 れんこんの金平 ご飯 すまし汁 デザート 487/2.9/25.2	鶏肉の治部煮 胡瓜の梅和え ご飯 味噌汁 デザート 500/2.8/21.7	鯖の味噌煮 いんげんの和え物 ご飯 すまし汁 デザート 529/2.8/22.9	牛肉の炒めおろしポン酢 ブロッコリーの粒マスタード和え ご飯 味噌汁 デザート 473/2.5/20.9
	日替B	海鮮塩焼きそば はたけ菜のナムル ご飯 スープ デザート 672/2.6/20.0	親子丼  白菜の和え物 すまし汁 デザート 617/2.3/22.8	肉そば たけのこのおかか和え ★春の三色混ぜご飯 デザート 698/2.7/23.9	五目チャーハン れんこんの金平 すまし汁 デザート 541/2.8/16.5	★いなり寿司と柚子おぼろ昆布うどん 胡瓜の梅和え デザート 555/2.5/15.5	明太子とコーンのピラフ いんげんの和え物 すまし汁 デザート 508/2.5/14.8	ツナと大葉の和風スパゲティ ブロッコリーの粒マスタード和え ふりかけご飯 味噌汁 デザート 621/2.5/22.7
夕食	日替A	銀鮭の幽庵焼き 冬瓜とイカの煮物 オクラとえのきの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 601/2.9/28.3	かんぱちの竜田揚げ黒酢炒め 野菜グリル 春雨の華風和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 607/2.8/27.0	鯛と生わかめの煮付け しめじと平天のソテー ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 574/3.3/29.2	パクダン丼(別盛) (まぐろ・長芋・オクラ・沢庵) キャベツのそぼろ炒め もずくと茗荷の酢の物 味噌汁 漬物 デザート 649/3.4/21.4	鯖のハーブグリル ズッキーニとエリンギのソテー 大根のマリネ ご飯 スープ 漬物 デザート 578/3.4/25.4	ぶりの照り焼き 春菊と竹輪の煮浸し 南瓜とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 614/3.4/29.0	真アジフライ しば漬けタルタルソース 人参のたらこ炒め 長芋のなめ茸和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 724/3.3/25.7
	日替B	鶏肉のカシューナッツ炒め 冬瓜とイカの煮物 オクラとえのきの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 644/3.2/28.7	牛肉のすき煮 野菜グリル 春雨の華風和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683/3.4/27.9	豚肉の味噌漬け焼き しめじと平天のソテー ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 599/3.3/27.3	鶏肉と厚揚げの生姜煮 キャベツのそぼろ炒め もずくと茗荷の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 713/2.6/33.2	ビーフシチュー  ズッキーニとエリンギのソテー 大根のマリネ ご飯 漬物 デザート 605/3.3/30.3	豚肉のガーリック野菜炒め 春菊と竹輪の煮浸し 南瓜とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 623/3.0/21.3	鶏肉の酒粕漬け焼き 人参のたらこ炒め 長芋のなめ茸和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 756/2.7/27.3

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7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