



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

6月8日(月)～6月14日(日)

		8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)
朝食	和食	いわしの梅煮 わかめの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/2.7/17.6	具沢山豚汁 小鉢盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 486/2.8/18.3	さつま揚げと 野菜の旨煮 キャベツのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 444/2.7/16.0	おにぎり(菜めし・鮭) おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 477/2.8/17.4	巣ごもり卵 もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472/2.8/16.1	ミニおでん ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 467/2.8/20.6	目玉焼きと野菜炒め 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479/3.0/19.1
	洋食	ハムエッグ 海藻サラダ パン ミルク デザート 499/2.8/22.8	シュガーバター トースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 500/3.0/18.9	鱈のタルタル焼き コールスローサラダ パン ミルク デザート 501/2.8/21.2	ミニハンバーグと きのこソテー イタリアンサラダ パン ミルク デザート 501/3.0/23.7	ポイルウインナーと 温野菜 もやし炒め パン ミルク デザート 508/2.8/19.4	ロールパンサンド (ポテサラ・玉子) ミネストローネ ミルク デザート 510/2.8/24.3	南瓜と貝柱の クリーム煮 豆腐サラダ パン ミルク デザート 502/2.9/20.2
昼食	日替A	鶏肉の唐揚げ ピリ辛胡瓜 ご飯 味噌汁 デザート 591/2.8/21.3	あじのカレームニエル うまい菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 572/3.0/23.9	豚肉豆腐 長芋短冊 ご飯 味噌汁 デザート 601/2.9/24.1	カレイの 梅肉焼き 白菜のおかか和え ご飯 味噌汁 デザート 612/3.0/23.5	牛肉の生姜煮 しる菜の柚子和え ご飯 味噌汁 デザート 582/3.1/23.1	つばすの山椒煮 ブロッコリーの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 571/2.9/24.8	鶏肉の 粒マスタード焼き れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 602/3.0/23.1
	日替B	ぶっかけ冷やし とろろそば ピリ辛胡瓜 ゆかりご飯 デザート 618/3.1/19.6	助六寿司 うまい菜のお浸し 味噌汁 デザート 601/3.1/20.7	野菜たっぷり 味噌ラーメン 長芋短冊 ご飯 デザート 605/3.2/17.1	焼き鳥井 白菜のおかか和え 味噌汁 デザート 609/3.2/19.6	けんちんうどん しる菜の柚子和え 梅ちりめんご飯 デザート 605/3.2/20.8	五目チャーハン ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 デザート 604/3.1/22.7	和風きのこ スパゲティ れんこんサラダ ご飯 スープ デザート 601/3.2/20.1
夕食	日替A	鯛の塩麹焼き 揚げ出し豆腐 ほうれん草と桜海老のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695/3.4/28.8	揚げかんばんの 黒酢炒め 冬瓜のカニカマあんかけ 茄子と茗荷のもみ漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 709/3.2/29.9	ぶりの酒粕漬け焼き 里芋の煮ころがし 刺身こんにゃくの梅和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 676/3.3/30.8	鱈の酒蒸し 万願寺としらすの山椒炒め トマトと大葉のマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681/3.3/34.2	海老のあられ揚げ 玉子豆腐(温) ゴーヤとツナのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 720/3.3/38.5	すずきの幽庵焼き アスパラとベーコンのソテー パプリカピクルス ご飯 スープ 漬物 デザート 667/3.3/34.6	鮭のちゃんちゃん焼き 筍としめじのピリ辛炒め オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 720/3.3/38.5
	日替B	牛肉と煮卵の旨煮 揚げ出し豆腐 ほうれん草と桜海老のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698/3.4/29.5	鶏肉と海老の ホイル包み 冬瓜のカニカマあんかけ 茄子と茗荷のもみ漬け ご飯 すまし汁 漬物 デザート 700/3.4/33.1	ブルコギ (韓国風牛肉炒め) 里芋の煮ころがし 刺身こんにゃくの梅和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690/3.3/32.8	豚肉の野菜巻き 万願寺としらすの山椒炒め トマトと大葉のマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 716/3.4/31.6	★鶏肉のグリル バルサミコソース 玉子豆腐(温) ゴーヤとツナのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710/3.4/38.1	手作りメンチカツ アスパラとベーコンのソテー パプリカピクルス ご飯 スープ 漬物 デザート 712/3.4/29.4	豚肉と厚揚げの さっぱり煮 筍としめじのピリ辛炒め オクラと長芋のネバネバ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710/3.4/38.1

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 6月2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