



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

6月29日(月)～7月5日(日)

		29日(月)	30日(火)	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝食	和食	さつま揚げと野菜の煮物 いんげんの黒ゴマよごし ご飯 味噌汁 漬物 デザート 401/3.1/18.3	お好み焼き風オムレツ ピーマンの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 414/2.7/18.8	厚揚げの旨煮 小松菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 486/1.9/19.2	茶粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 300/2.1/14.8	鯛のかつお煮 トマトの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 402/3.2/14.8	巣ごもり卵 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 345/2.4/19.2	具沢山肉団子汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 403/2.0/14.8
	洋食	ハッシュドポテトとベーコンソテー いんげんサラダ パン ミルク デザート 511/1.9/17.2	ピザトースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 503/2.7/20.3	ブロッコリーと肉団子のクリーム煮 小松菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート 689/2.6/24.7	鱈のマヨネーズ焼き コーンサラダ パン ミルク デザート 455/1.7/21.2	チキンナゲットと温野菜 イタリアンサラダ パン ミルク デザート 522/1.7/21.2	サンドイッチ 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 444/1.6/18.3	スクランブルエッグ シーザーサラダ パン ミルク デザート 532/2.6/20.2
昼食	日替A	めばるの味噌煮 ほうれん草の和え物 ご飯 すまし汁 デザート 430/2.8/23.8	牛肉の時雨煮 長芋短冊 ご飯 スープ デザート 687/2.1/16.4	カレイのムニエル 南瓜サラダ ご飯 スープ デザート 489/2.2/21.2	コロッケ盛り合わせ はたけ菜のナムル ご飯 味噌汁 デザート 636/3.6/17.9	かに玉 キャベツの甘酢和え ご飯 スープ デザート 631/2.7/31.6	ポークチャップ 白菜のおかか和え ご飯 すまし汁 デザート 639/2.2/15.2	鯔の南蛮漬け オクラの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 615/1.9/17.9
	日替B	皿うどん ほうれん草の和え物 ご飯 すまし汁 デザート 520/1.2/18.3	鮭とコーンのピラフ 長芋短冊 スープ デザート 493/2.0/16.7	ペペロンチーノ 南瓜サラダ ふりかけご飯 スープ デザート 861/3.0/25.1	高菜しらすチャーハン はたけ菜のナムル 味噌汁 デザート 457/1.2/17.7	キムチ牛丼 キャベツの甘酢和え スープ デザート 774/3.3/25.0	山菜そばといなり寿司 白菜のおかか和え デザート 590/2.6/24.7	野菜たっぷり醤油ラーメン オクラの胡麻和え ご飯 デザート 525/1.2/14.9
夕食	日替A	鱈の大和蒸し 人参しりしり 胡瓜のさっぱり和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 489/2.9/26.3	かんぱちの山椒煮 冬瓜の銀あんかけ 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 504/2.9/28.7	鯛の木の芽味噌焼き 茶碗蒸し 青梗菜としめじのお浸し 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 539/2.5/34.4	鱈の塩焼き 里芋の煮っころがし 春菊の辛子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 651/2.8/34.2	すずきの香草パン粉焼き 切干大根の煮物 ピクルス盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 551/3.3/35.1	ぶりの煮付け れんこんと平天の炒め物 焼き茄子と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 647/3.4/29.7	鮭のホイル包み こんにゃくのどて煮 ゴーヤとツナの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 648/2.9/35.1
	日替B	煮込みハンバーグ 人参しりしり 胡瓜のさっぱり和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 690/3.3/28.7	★棒ヒレカツ 梅おろし添え 冬瓜の銀あんかけ 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675/4.0/32.4	蒸し鶏のピリ辛胡麻ソース 茶碗蒸し 青梗菜としめじのお浸し 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 590/4.6/25.9	プルコギ 里芋の煮っころがし 春菊の辛子和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 699/3.0/37.0	豚肉のアスパラ巻き 切干大根の煮物 ピクルス盛り合わせ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 532/4.0/30.5	鶏肉の二色唐揚げ(塩・カレー) れんこんと平天の炒め物 焼き茄子と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684/3.4/28.8	牛肉と野菜の旨煮 こんにゃくのどて煮 ゴーヤとツナの和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 620/2.1/32.5

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22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