



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

6月22日(月)～6月28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。

		22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)
朝食	和食	赤魚の煮付け わかめの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 431/2.8/18.7	青菜粥 おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 423/2.5/15.4	焼きししゃもと 笹かまぼこ 蒟の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 542/1.3/17.8	千草玉子 もやしのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 420/2.4/16.0	具沢山けんちん汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 444/2.8/17.2	生姜天と野菜の 炊き合わせ ブロッコリーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 301/2.6/13.6	だし巻き玉子 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 441/3.0/15.8
	洋食	ベーコンとじゃが芋の マヨ焼き 海藻サラダ パン ミルク デザート 511/2.6/19.1	焼きそばパン ミネストローネ ミルク デザート 627/2.9/25.5	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 601/2.0/17.3	海老と野菜のソテー 枝豆サラダ パン ミルク デザート 524/2.3/14.3	野菜オムレツ マカロニサラダ パン ミルク デザート 457/1.5/21.8	ハムチーズトースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 434/1.9/14.9	ミニグラタンと温野菜 グリーンサラダ パン ミルク デザート 533/2.1/17.6
昼食	日替 A	とん平焼き いんげんの胡麻和え ご飯 スープ デザート 575/1.1/20.7	ほっけの塩焼き ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 デザート 723/3.3/21.3	チンジャオロース 春雨サラダ ご飯 スープ デザート 380/1.1/9.1	白身魚フライ 人参の金平 ご飯 味噌汁 デザート 450/2.6/20.4	鶏肉のマヨポン炒め オクラのみぞれ和え ご飯 すまし汁 デザート  653/2.5/18.2	鯖の漬け焼き うまい菜の粒マスタード和え ご飯 スープ デザート 537/1.3/22.1	豚肉の生姜焼き ピリ辛胡瓜 ご飯 味噌汁 デザート 512/1.9/19.4
	日替 B	ミートソース スパゲティ いんげんの胡麻和え ご飯 スープ デザート 450/1.5/23.8	ちくわ天うどん ほうれん草のお浸し ゆかりご飯 デザート 739/2.7/28.0	シーフードピラフ 春雨サラダ スープ デザート 450/1.5/23.8	冷やし中華 人参の金平 ご飯 デザート 720/2.0/18.3	鮭の三色丼 (鮭・玉子・青菜) オクラのみぞれ和え すまし汁 デザート  492/5.2/16.2	オムライス うまい菜の粒マスタード和え スープ デザート 674/1.6/21.0	塩ラーメン ピリ辛胡瓜 ご飯 デザート 804/3.0/11.8
夕食	日替 A	鮭の西京焼き 万願寺唐辛子としらすの炒め物 玉子豆腐 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 527/2.3/26.1	鰯の照り煮 海老団子の炊き合わせ 青梗菜のなめ茸和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 804/5.0/41.1	松花堂 6月15日(月)に 掲示致します。	海鮮八宝菜 若竹煮 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 590/3.1/29.3	かんぱちの幽庵焼き 里芋の唐揚げ ★はたけ菜のわさび和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 870/3.8/35.6	鯛のムニエル バジルソース ズッキーニと小柱のバター炒め パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 518/3.6/27.5	すずきのあられ揚げ 茄子の煮浸し ピーマンのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 664/2.9/28.5
	日替 B	牛肉のすき煮 万願寺唐辛子としらすの炒め物 玉子豆腐 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 586/3.0/21.6	豚肉のスタミナ 野菜炒め 海老団子の炊き合わせ 青梗菜のなめ茸和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 646/2.1/25.4		鶏肉の葱塩焼き 若竹煮 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 643/4.0/23.7	豚肉と水餃子の ちゃんこ煮 里芋の唐揚げ ★はたけ菜のわさび和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 742/3.5/32.4	牛肉の冷しゃぶ 梅しそソース ズッキーニと小柱のバター炒め パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 551/2.9/17.6	鶏肉と厚揚げの さっぱり煮 茄子の煮浸し ピーマンのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 611/3.3/24.8

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16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**