



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
5月16日(月)～5月22日(日)

		16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝食	和食	赤魚の煮付け 小松菜としめじの磯辺和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 475kcal / 2.6g	巢ごもり卵と野菜の煮物 和風あんかけ 金平ごぼう ご飯 味噌汁 漬物 デザート 470kcal / 3.1g	鯖の塩焼きとはんぺん黄身焼き オクラの浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 3.1g	筑前煮 キャベツと海老の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 513kcal / 3.1g	鮭の漬け焼と生姜天 かにかまともやしの胡麻酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 3.0g	豚じゃが煮 たたき胡瓜 塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 487kcal / 3.2g	★あじの開きとミニ納豆 ハムと野菜の卵炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 475kcal / 3.2g
	洋食	スパニッシュオムレツとハッシュドポテト 小松菜としめじのサラダ パン ミルク デザート 510kcal / 3.0g	ミートローフと温野菜のチーズ焼き ごぼうサラダ パン ミルク デザート 558kcal / 2.5g	ジャーマンポテトとゆで卵 オクラのサラダ パン ミルク デザート 520kcal / 2.7g	ホットドッグ  海老と根菜のスープ ミルク デザート 541kcal / 2.6g	ミニハンバーグのトマト煮込み かにかまサラダ パン ミルク デザート 528kcal / 3.1g	★クリームパンとチョコレートパン ベーコンと新じゃがのポトフ ミルク デザート 495kcal / 2.9g	ハムのピカタと野菜炒め ビーンズサラダ パン ミルク デザート 508kcal / 2.5g
昼食	日替A	豚肉と野菜の味噌炒め 豆苗と揚げの浸し ご飯 すまし汁 デザート 548kcal / 3.3g	さんまの干物の炭焼き 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 548kcal / 3.3g	駅弁 5月9日(月) 掲示致します。 	カレイのムニエルと野菜のフリット 青梗菜ときのこのポン酢和え ご飯 味噌汁 デザート 601kcal / 3.1g	鶏肉の塩麴焼き なすの揚げ煮 ご飯 味噌汁 デザート 5750kcal / 3.1g	鯛の梅香煮 青唐と竹輪のそぼろ炒め ご飯 すまし汁 デザート 529kcal / 3.1g	チンジャオロース (牛肉とビーマンの細切り炒め) 冬瓜と平天の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 532kcal / 3.1g
	日替B	★にしん五目にゆうめん 豚肉と豆苗の炒め物 ご飯 デザート 574kcal / 3.0g	オムライス  南瓜とりんごのサラダ 味噌汁 デザート 574kcal / 3.0g		ざるうどん 青梗菜ときのこの炒め物 ご飯 デザート 574kcal / 3.1g	★高菜としらすのチャーハン なすの揚げ煮 味噌汁 デザート 574kcal / 3.1g	★いかとみぶ菜の明太子パスタ 青唐と竹輪のそぼろ炒め ご飯 すまし汁 デザート 583kcal / 3.2g	助六寿司 冬瓜と平天の煮物 味噌汁 デザート 594kcal / 3.2g
夕食	日替A	糸より鯛と夏野菜の地中海煮込み 万願寺とさつま揚げのじゃこ炒め ずいきと焼き穴子の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 661kcal / 3.3g	油目と海老と野菜の天麩羅 信田巻と大根の煮物 しろ菜の浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal / 3.2g	大鱈の西京焼きと丸茄子の二色田楽 ★甘鯛のかしわ蒸し ★つるむらさきの胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal / 3.3g	鰻の蒲焼と焼きたて出し巻き 小芋と生麩の唐揚袖あんかけ 青うりとホタルイカの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 649kcal / 3.2g	★鰯と帆立のホイル焼き 高野豆腐と野菜の炊き合わせ ほうれん草のとろろかけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 654kcal / 3.4g	鯛の塩焼き えんどう豆と海老の卵とじ 菊菜と焼き椎茸のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal / 3.2g	★鱧しゃぶ鍋  アスパラとあさりのバター炒め 焼き茄子とトマトの胡麻和 ご飯 漬物 デザート 682kcal / 3.2g
	日替B	★煮豚と温野菜の胡麻ソース 万願寺とさつま揚げのじゃこ炒め ずいきと焼き穴子の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674kcal / 3.5g	鶏肉とフォアグラのソテー ガーリックソース 信田巻と大根の煮物 しろ菜の浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal / 3.3g	牛ヒレとアボカドのグリル  ★甘鯛のかしわ蒸し ★つるむらさきの胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal / 3.5g	黒豚と水餃子のちゃんこ鍋 小芋と生麩の唐揚袖あんかけ 青うりとホタルイカの酢の物 ご飯 漬物 デザート 681kcal / 3.4g	ビーフカツレツ 高野豆腐と野菜の炊き合わせ ほうれん草のとろろかけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal / 3.2g	★ハンバーグカレー  蒸し海老のサラダ 菊菜と焼き椎茸のすだち和え 漬物 デザート 678kcal / 3.5g	ハーブ鶏といんかのめざめのクリームシチュー アスパラとあさりのバター炒め 焼き茄子とトマトの胡麻和 ご飯 漬物 デザート 708kcal / 3.4g

その他 アラカルトご用意いたしております。

食事予約表は 5月10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。

心をこめて Smile & Speedy

