



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
5月23日(月)～5月29日(日)

		23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝食	和食	出し巻き卵とにしんの甘露煮 南瓜の土佐煮 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 485kcal /2.9g	★肉団子と野菜のみぞれ煮 青梗菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	目玉焼きと焼き野菜 キャベツと海老の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /3.1g	鯛の梅煮と焼きかまぼこ 大根の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 463kcal /3.1g	鶏肉ときのこの卵とじ もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	ほっけの塩焼き しろ菜と竹輪の煮浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 477kcal /3.2g	笹かまぼことたらこと黒豆 じゃが芋のそぼろ煮 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 490kcal /2.9g
	洋食	ピザトースト 小柱と南瓜のクリーム煮 ミルク デザート 499kcal /3.0g	野菜入りスクランブルエッグ ささ身サラダ パン ミルク デザート 598kcal /2.5g	ウインナーと野菜のカレー炒めと海老マヨ コールスローサラダ パン ミルク デザート 520kcal /3.1g	サンドイッチ 大根サラダ ミルク デザート 541kcal /2.6g	チーズオムレツとミートボール盛り合せ 海藻サラダ パン ミルク デザート 528kcal /3.1g	厚切りベーコンと厚切りロースハム 和風サラダ パン ミルク デザート 500kcal /3.1g	鱈とじゃが芋のマヨネーズ焼き 枝豆サラダ パン ミルク デザート 489kcal /2.5g
昼食	日替A	白身フライと帆立フライ ほうれん草とカニカマのお浸し ご飯 すまし汁 デザート 568kcal /3.3g	鶏肉のチリソース炒め 長芋の山葵和え ご飯 味噌汁 デザート 573kcal /3.0g	あじの塩焼き 蓮根の明太子マヨネーズ和え ご飯 すまし汁 デザート 573kcal /3.0g	牛肉の時雨煮 小松菜としいたけの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 573kcal /3.0g	鯖のもろみ味噌焼き 豚肉ともやしの胡麻ドレ和え ご飯 すまし汁 デザート 567kcal /3.1g	冷じゃぶ(豚) ごぼうの甘辛炒め ご飯 味噌汁 デザート 530kcal /3.1g	一本メニュー 炊き込みご飯 なめこおろし冷やし茶そば ごぼ天の炊き合わせ 野菜の浅漬け デザート 611kcal /4.0g
	日替B	野菜たっぷり塩ラーメン ほうれん草とカニカマのお浸し ご飯 デザート 564kcal /3.0g	ハヤシライス 長芋の山葵和え 福神漬け デザート 573kcal /3.3g	スパゲティミートソース 蓮根の明太子マヨネーズ和え ご飯 すまし汁 デザート 580kcal /3.3g	冷麺 小松菜としいたけの胡麻和え ご飯 味噌汁 デザート 573kcal /3.3g	ソース焼きそば もろみ胡瓜 ご飯 すまし汁 デザート 558kcal /3.2g	木の葉丼 ごぼうの甘辛炒め 味噌汁 デザート 581kcal /3.2g	
夕食	日替A	平目と焼き豆腐の酒蒸し いかとブロッコリーのオイスター炒め 中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 665kcal /3.3g	サーモンの香草ムニエル バジルバター添え たこと冬瓜の柔らか煮 ずいきとメカジキの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.2g	銀むつの粕漬け焼き ゴーヤとしらすの山椒炒め オクラとトマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.4g	松花堂 5月16日(月) 掲示致します。 	穴子と細切り野菜の春巻き 和風あん さつま芋と京生麩の焼き物 白菜とかに身の香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.5g	鯛と有頭海老のグリル 卵豆腐と大根の生姜あんかけ スナップエンドウと平天のおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.2g	★かんぱちの中華風刺身 空豆とひじきの卵の花 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 668kcal /3.3g
	日替B	★芋豚の角煮 マッシュポテト添え いかとブロッコリーのオイスター炒め 中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.5g	和牛うどんすき鍋 たこと冬瓜の柔らか煮 ずいきとメカジキの酢の物 ご飯 漬物 デザート 674kcal /3.3g	赤鶏とモツアレチーズのグリル ハルサミソース ゴーヤとしらすの山椒炒め オクラとトマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.5g		★サイコロステーキ さつま芋と京生麩の焼き物 白菜とかに身の香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.5g	鶏肉とアスパラのマカロニグラタン 卵豆腐と大根の生姜あんかけ スナップエンドウと平天のおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.5g	★豚肉の柚子味噌フライ 空豆とひじきの卵の花 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /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17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

