



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30日(月)～6月5日(日)

	30日(月)	31日(火)	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝食	和食 出し巻き卵の野菜あんかけ 小松菜としめじの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 477kcal / 2.6g	鯛のかつお煮と茄子の田楽 蓮根の炒り煮 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal / 3.1g	豚肉のにら玉もやし炒め ブロッコリーの磯和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 3.1g	おにぎり(菜めし・鮭) ししゃも・お浸し・煮豆 味噌汁 漬物 デザート 483kcal / 3.1g	ミニおでん 白菜の香和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal / 3.0g	さんま開きと生姜天 たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 487kcal / 3.2g	弁当箱(焼魚とおぼんざい) ピーマンとツナのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 495kcal / 3.2g
	洋食 ホットケーキ ミートボールと小松菜の炒め物 ミルク デザート 510kcal / 3.1g	厚切りベーコンと目玉焼き れんこんサラダ パン ミルク デザート 508kcal / 3.0g	ソーセージ三種(パジル・チーズ・プレーン) 卵サラダ パン ミルク デザート 503kcal / 3.1g	海鮮と野菜のチーズ焼き 青菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート 500kcal / 2.9g	明太オムレツとチキンナゲット 海藻サラダ パン ミルク デザート 509kcal / 3.1g	ロールパンサンド(ハンバーグ・卵サラダ) ミネストローネ ミルク デザート 495kcal / 2.9g	ツナ入りスクランブルと厚切りハム 玉ねぎとパプリカのドレッシング和え パン ミルク デザート 504kcal / 3.1g
昼食	日替A かますの干物 焼売 ご飯 味噌汁 デザート 588kcal / 3.3g	肉詰め盛り合わせ(椎茸・ピーマン・トマト) ★金平ごぼうの卵炒め ご飯 味噌汁 デザート 561kcal / 3.1g	1本メニュー まぐろとろろ丼 切干大根 ほうれん草のお浸し ミニにゅうめん デザート 693kcal / 3.3g	豚肉の生姜焼き ふきと茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 デザート 581kcal / 3.1g	カレーのカレームニエル 南瓜の糸昆布煮 ご飯 味噌汁 デザート 565kcal / 3.1g	鶏肉のグリル マーマレードソース おくらのネバネバサラダ ご飯 味噌汁 デザート 559kcal / 3.1g	かに玉 春菊の柚子浸し ご飯 すまし汁 デザート 572kcal / 3.1g
	日替B ★豆乳ちゃんぽん麺 焼売 ご飯 デザート 594kcal / 3.0g	ざるそば ★金平ごぼうの卵炒め ご飯 デザート 590kcal / 3.1g	レタスとかに身のチャーハン ふきと茗荷の和え物 味噌汁 デザート 590kcal / 3.1g	きつねうどん 南瓜の糸昆布煮 ご飯 デザート 574kcal / 3.2g	かき揚げ丼 おくらとなめこのねばねば和え 味噌汁 デザート 593kcal / 3.2g	帆立ときのこの和風スパゲティ 春菊の柚子浸し ご飯 すまし汁 デザート 594kcal / 3.2g	
夕食	日替A にじますの塩焼き ★キャベツとアスパラと小柱のソテー 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 661kcal / 3.3g	鱧と夏野菜の天ぷら ★さつま揚げと青うりの冷やし鉢 長芋と蛸烏賊のかつおポン酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 697kcal / 3.5g	鰻の二色焼き(梅紫蘇・タレ) 焼き穴子と大根の銀あんかけ 水茄子と胡瓜の辛子和え 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal / 3.4g	蒸し寿司(鰻・帆立・海老) ★焼き万願寺と焼き厚揚げの田楽 めかぶとじゅんさいの甘酢 すまし汁 漬物 デザート 699kcal / 3.6g	かつをのレアステーキ スナッPEndウとあさりの塩炒め 刺身蒟蒻の梅肉かけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674kcal / 3.4g	めばると生麩の照り煮 茶碗蒸し ずいきとメダカの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal / 3.5g	★海鮮と加茂茄子のミートソースグラタン ゴーヤチャンプル 春雨サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 695kcal / 3.5g
	日替B ★牛肉の野菜巻きデミグラスソース ★キャベツとアスパラと小柱のソテー 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal / 3.5g	ハーブ鶏の香草手作りタルタルソース焼き ★さつま揚げと青うりの冷やし鉢 長芋と蛸烏賊のかつおポン酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 680kcal / 3.3g	牛肉と野菜のXO醤炒め 焼き穴子と大根の銀あんかけ 水茄子と胡瓜の辛子和え 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 694kcal / 3.5g	揚げ鶏の葱ソースかけ ★焼き万願寺と焼き厚揚げの田楽 めかぶとじゅんさいの甘酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 681kcal / 3.4g	ビーフシチュー スナッPEndウとあさりの塩炒め 刺身蒟蒻の梅肉かけ ご飯 漬物 デザート 689kcal / 3.4g	黒豚の朴葉焼き 茶碗蒸し ずいきとメダカの酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 692kcal / 3.5g	牛肉の炭火焼(ヒレ・ハラミ) ゴーヤチャンプル 春雨サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal / 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24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

