



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  
8月15日(月)～8月21日(日)

		15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	
朝食	和食	<b>ミニおでん</b>  玉ねぎとツナの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>475kcal / 2.6g</b>	<b>出し巻き卵と 野菜の炊き合わせ</b> いんげんのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>470kcal / 3.1g</b>	<b>麦とろろご飯</b> 鯛の煮物等盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート <b>471kcal / 3.1g</b>	<b>鱈入り湯豆腐</b> 小松菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>513kcal / 3.1g</b>	<b>豚肉と青梗菜の 卵炒め</b> キャベツの煮浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>471kcal / 3.0g</b>	<b>おにぎり (たらこ・梅)</b> 焼きししゃも・和え物 味噌汁 漬物 デザート <b>487kcal / 3.2g</b>	<b>さんまの開き</b> 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>475kcal / 3.2g</b>	
	洋食	<b>かにかま入りスクランブル と ハッシュドポテト</b> オニオンサラダ パン ミルク デザート <b>510kcal / 3.0g</b>	<b>ホットドック</b>  かにかまサラダ ミルク デザート <b>508kcal / 2.5g</b>	<b>厚切りハムと 野菜のマヨネーズ焼き</b> コンソメスープ パン ミルク デザート <b>500kcal / 2.7g</b>	<b>目玉焼きと 野菜のソテー</b> 豆腐サラダ パン ミルク デザート <b>501kcal / 2.6g</b>	<b>サーモンのムニエル</b> 卵サラダ パン ミルク デザート <b>508kcal / 3.1g</b>	<b>ウインナーと野菜の チーズ焼き</b> 豆サラダ パン ミルク デザート <b>495kcal / 2.9g</b>	<b>小倉トースト</b> チャウダースープ ミルク デザート <b>502kcal / 2.5g</b>	
昼食	日替 A	<b>あじの南蛮漬け</b> 蓮根のピリ辛煮 ご飯 味噌汁 デザート <b>588kcal / 3.3g</b>	<b>1本メニュー</b>  8月8日(月) 掲示致します。  	<b>豚肉の時雨煮</b> 白菜と竹輪の塩昆布和え ご飯 味噌汁 デザート <b>573kcal / 3.0g</b>	<b>ほっけの開き</b> レタスの生姜和え ご飯 すまし汁 デザート <b>561kcal / 3.1g</b>	<b>酢鶏</b> おくらと茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 デザート <b>555kcal / 3.1g</b>	<b>鱈の葱味噌焼き</b> 焼ききのこの柚子浸し ご飯 すまし汁 デザート <b>549kcal / 3.1g</b>	<b>牛肉炒め おろしポン酢</b> もやしと青梗菜の華風和え ご飯 すまし汁 デザート <b>572kcal / 3.1g</b>	
	日替 B	<b>冷やし中華</b> 蓮根のピリ辛煮 ご飯 デザート <b>584kcal / 3.0g</b>		<b>かき揚げうどん</b> 白菜と竹輪の塩昆布和え ご飯 デザート <b>583kcal / 3.3g</b>	<b>五目ピラフ</b> レタスの生姜和え すまし汁 デザート <b>590kcal / 3.1g</b>	<b>ぶっかけ月見茶そば (冷)</b> おくらと茗荷の和え物 ご飯 デザート <b>574kcal / 3.1g</b>	<b>牛丼</b> 焼ききのこの柚子浸し すまし汁 デザート <b>593kcal / 3.2g</b>	<b>ワンタン麺</b>  もやしと青梗菜の華風和え ご飯 デザート <b>594kcal / 3.2g</b>	
夕食	日替 A	<b>はまちの利休焼き</b> 冬瓜と茄子の冷製土佐煮 ★かつをとずいきのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>661kcal / 3.3g</b>	<b>鰻と帆立の蒸し寿司</b> さつま芋と京生麩の銀あんかけ 大根とモロコインゲンの梅じやこ和え 味噌汁 漬物 デザート <b>679kcal / 3.2g</b>	<b>皮はぎの煮付け</b> 南瓜のいとこ煮 春菊と湯葉の和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>710kcal / 3.3g</b>	<b>平目と夏野菜の ホイル包み</b> ★そぼろ肉じゃが めかぶとじゆんさいの甘酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>649kcal / 3.2g</b>	<b>すずきの マッシュポテト焼き</b> 飛龍頭と大根の煮物 春雨サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>694kcal / 3.4g</b>	<b>まぐろステーキ にんにく醤油</b> 豚肉と春菊の塩煮込み 刺身蒟蒻の梅肉 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>682kcal / 3.2g</b>	<b>大鰯粕漬けと 万願寺の肉詰め</b> 茄子にしん  ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>685kcal / 3.3g</b>	
	日替 B	<b>アゲ豚と水餃子の ちゃんこ鍋</b>  冬瓜と茄子の冷製土佐煮 ★かつをとずいきのマリネ ご飯 漬物 デザート <b>684kcal / 3.5g</b>	<b>地鶏と鳴門金時の 三種のチーズグラタン</b> うざく 大根とモロコインゲンの梅じやこ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>684kcal / 3.3g</b>	<b>牛肉の黒胡椒焼き 温玉ソース</b> 南瓜のいとこ煮 春菊と湯葉の和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>688kcal / 3.5g</b>	<b>ハンバーグカレー</b> 海鮮サラダ めかぶとじゆんさいの甘酢 味噌汁 漬物 デザート <b>691kcal / 3.4g</b>	<b>牛焼肉 (ハラミ・ロース)</b> 飛龍頭と大根の煮物 春雨サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>689kcal / 3.2g</b>	<b>豚ヒレカツ玉子とじ</b> パプリカともやしとイカの炒め物 刺身蒟蒻の梅肉 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>682kcal / 3.5g</b>	<b>鶏肉と松茸のすき煮</b> 万願寺と茄子と海老の炒め物 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>688kcal / 3.4g</b>	

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 8月9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



ハーベスト株式会社