



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

1月 16日(月)～1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	<b>高野豆腐と野菜の煮物</b> いんげんのなめたけ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	<b>平天と野菜の卵とじ</b> ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.2g	<b>鯛のかつお煮と煮豆</b> めかぶ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 486kcal /3.1g	<b>焼きししゃもとごぼ天</b> おくらの梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.3g	<b>麦とろろご飯</b> 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.1g	<b>肉団子の照り焼きと根菜の煮物</b> 青梗菜の磯辺和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.2g	<b>海苔入りだし巻きとはんぺんの明太焼き</b> きのこポン酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 467kcal /3.0g
	洋食	<b>鱈と野菜のタルタル焼き</b> 海藻サラダ パン ミルク デザート 491kcal /3.0g	<b>厚切りベーコンと野菜のケチャップ炒め</b> マカロニサラダ パン ミルク デザート 473kcal /2.9g	<b>目玉焼きとチキンナゲット</b> 豆サラダ パン ミルク デザート 482kcal /3.0g	<b>ホットケーキ</b> ミネストローネ ミルク デザート 489kcal /3.1g	<b>ほうれん草とベーコンのオムレツ</b> 和風サラダ パン ミルク デザート 479kcal /3.2g	<b>★ツナマヨコーンのピザトースト</b> 肉団子と野菜のポトフ ミルク デザート 498kcal /2.9g	<b>ウインナーソーテと海老のオーロソース</b> きのこサラダ パン ミルク デザート 489kcal /2.8g
昼食	日替A	<b>コロッケ</b> 小松菜と人参のナムル ご飯 味噌汁 デザート 593kcal /3.3g	<b>さんまの開き</b> キャベツとセロリの昆布和え ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /3.2g	<b>麻婆茄子</b> 春雨の中華ドレッシング和え ご飯 味噌汁 デザート 563kcal /3.3g	 <b>栗ご飯</b> ミニきつねうどん 炊き合わせ ～茶碗蒸し仕立て～ 胡瓜と白菜の浅漬け デザート 579kcal /3.2g	<b>鶏肉のガーリックソテー</b> しろ菜とかまぼこの柚子浸し ご飯 味噌汁 デザート 578kcal /3.2g	<b>はまちと蕪の煮物</b> 長芋と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 デザート 558kcal /3.2g	<b>豚肉の時雨煮</b> ブロッコリーとツナの炒め物 ご飯 すまし汁 デザート 569kcal /3.3g
	日替B	<b>天津飯</b> 小松菜と人参のナムル 味噌汁 デザート 586kcal /3.2g	<b>山菜にしんそば</b> キャベツとセロリの昆布和え ご飯 デザート 570kcal /3.2g	<b>牛丼</b> 春雨の和え物 味噌汁 デザート 592kcal /3.2g	<b>醤油ラーメン</b> しろ菜とかまぼこの柚子浸し ご飯 デザート 560kcal /3.3g	<b>五目ピラフ</b> 長芋と茗荷の和え物 味噌汁 デザート 580kcal /3.1g	<b>スパゲティナポリタン</b> ブロッコリーとツナの胡麻ドレ和え ご飯 すまし汁 デザート 577kcal /3.3g	
夕食	日替A	<b>皮はぎの酒蒸し</b> 南瓜のいとこ煮 菜種とスモークサーモンの酢味噌 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 685kcal /3.6g	<b>海鮮とモッツアレチーズのグラタン</b> 飛龍頭と京生麩の炊き合わせ 春菊と焼き椎茸のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 697kcal /3.6g	<b>鰯とのきのこのホイル包み</b> じゃが芋とごぼうの金平 うざく ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.5g	<b>平目のムニエルキャビアソース</b> 若竹煮 クルマ入りさつま芋サラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /3.6g	<b>いさきの幽庵焼き</b> 牛すじと大根の煮込み 鰯と小松菜の柴漬け和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.4g	 <b>銀鮭のちゃんちゃん焼き</b> 高野豆腐と茄子のオランダ煮 豆苗とかに身の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 687kcal /3.6g	<b>まぐろの竜田揚げ</b> 里芋といかの煮物 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.6g
	日替B	<b>牛肉と筍のXO醤炒め</b> 南瓜のいとこ煮 菜種とスモークサーモンの酢味噌 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 695kcal /3.6g	<b>豚の角煮</b> 飛龍頭と京生麩の炊き合わせ 春菊と焼き椎茸のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.5g	<b>鶏肉の炭火焼(もも・せせり)</b> じゃが芋とごぼうの金平 うざく ご飯 味噌汁 漬物 デザート 701kcal /3.6g	<b>胡麻味噌豚カツ</b> 若竹煮 クルマ入りさつま芋サラダ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 700kcal /3.5g	<b>おでん</b> 海老と蒟の山椒炒め 鰯と小松菜の柴漬け和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 670kcal /3.5g	<b>芋豚の生姜焼き</b> 高野豆腐と茄子のオランダ煮 豆苗とかに身の酢の物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 670kcal /3.6g	<b>和風ハンバーグ</b> 里芋といかの煮物 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.6g

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 1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。  
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