



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

3月27日(月)～4月2日(日)

		27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	1日(土)	2日(日)
朝食	和食	焼きししゃもと 焼きかまぼこ 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 450kcal / 2.7g	ひじき入り出し巻き インゲンのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.1g	さつま揚げの 炊き合わせ 胡瓜と海藻のポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 3.0g	肉団子と野菜の ケチャップ炒め 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 513kcal / 3.1g	おにぎり (鮭・菜めし) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 3.0g	あじの漬け焼き 長芋のゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 487kcal / 3.2g	千草玉子と 野菜の煮物 しろ菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 455kcal / 3.2g
	洋食	ホットドック 野菜のコンソメ煮 ミルク デザート 510kcal / 3.0g	厚切りハムと ミニグラタン インゲンのサラダ パン ミルク デザート 558kcal / 2.5g	スクランブルエッグと ジャーマンポテト トマトサラダ パン ミルク デザート 520kcal / 2.7g	ミートローフとピクルス コールスローサラダ パン ミルク デザート 541kcal / 2.6g	ベーコンと 野菜のマヨネーズ焼 ツナサラダ パン ミルク デザート 528kcal / 3.1g	ピザトースト コーンサラダ ミルク デザート 495kcal / 2.9g	ロールキャベツの クリーム煮 しろ菜のソテー パン ミルク デザート 508kcal / 2.5g
昼食	日替A	かれのいムニエル ブロッコリーの明太子和え ご飯 味噌汁 デザート 570kcal / 3.3g	★茄子と蓮根の はさみ揚げ 青梗菜の煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 585kcal / 3.0g	さんまの塩焼き さつま芋の甘煮 ご飯 味噌汁 デザート 568kcal / 3.0g	鶏肉と大根の甘辛煮 かに焼売 ご飯 味噌汁 デザート 573kcal / 3.0g	海老チリ おくらとなめこの和え物 ご飯 味噌汁 デザート 575kcal / 3.1g	ほっけの開き 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 530kcal / 3.1g	豚と野菜の味噌炒め 豆苗と竹輪の煮浸し ご飯 すまし汁 デザート 573kcal / 3.1g
	日替B	高菜ピラフ ブロッコリーの明太子和え 味噌汁 デザート 564kcal / 3.0g	肉そば 青梗菜の煮浸し ご飯 デザート 573kcal / 3.3g	助六寿司 さつま芋の甘煮 味噌汁 デザート 565kcal / 3.3g	塩ラーメン かに焼売 ご飯 デザート 580kcal / 3.3g	木の葉丼 おくらとなめこの和え物 味噌汁 デザート 560kcal / 3.2g	ハヤシライス 南瓜のサラダ 漬物 デザート 581kcal / 3.2g	きつね山菜 にゅうめん 豆苗と竹輪の煮浸し ご飯 デザート 564kcal / 3.2g
夕食	日替A	かんぱちの照り焼き 玉子豆腐の銀あんかけ もずくと海老の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 665kcal / 3.3g	銀鮭のホイル包み 小芋と青唐の揚げだし 春菊と椎茸のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal / 3.2g	鰯と茶そばの 大和蒸し 飛龍頭の煮物 小松菜と鰯の柴漬け和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 653kcal / 3.3g	★海鮮とアボカドの カルパッチョ 蕪と京生麩の田楽 春キャベツの胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 670kcal / 3.2g	銀むつの粕漬焼き 若牛蒡としらすの金平 ゆでほうれん草 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 663kcal / 3.2g	穴子と野菜天 わらびと筍の山椒炒め 白菜と胡瓜の浅漬け 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal / 3.2g	糸より鯛の煮付け 茶碗蒸し たこと分葱の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 662kcal / 3.3g
	日替B	牛肉と新じゃがの ガーリック炒め 玉子豆腐の銀あんかけ もずくと海老の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal / 3.5g	豚肉と冬瓜の オイスター煮込み 小芋と青唐の揚げだし 春菊と椎茸のすだち和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 671kcal / 3.3g	赤鶏とカマンベール チーズのグリル 飛龍頭の煮物 小松菜と鰯の柴漬け和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal / 3.5g	アグー豚の炙り焼き 蕪と京生麩の田楽 春キャベツの胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 671kcal / 3.4g	★すき焼き鍋うどん 若牛蒡としらすの金平 ゆでほうれん草 ご飯 漬物 デザート 688kcal / 3.5g	豚の角煮 わらびと筍の山椒炒め 白菜と胡瓜の浅漬け 赤飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal / 3.5g	サイコロステーキ 茶碗蒸し たこと分葱の酢の物 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。

食事予約票は 3月21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



ハーベスト株式会社