



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
11月20日(月)～11月26日(日)

	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)
朝食	和食 厚揚げと野菜の煮物 いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 497kcal /2.9g	赤魚の漬け焼き 落の炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 486kcal /3.9g	生姜天の旨煮 めかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 409kcal /3.2g	焼さししゃもとはんぺんの味噌焼き じゃが芋の煮物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 409kcal /3.6g	麦とろろご飯 おばんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 465kcal /3.0g	あじのみりん干し 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /3.9g	葱入り出し巻き卵 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 421kcal /3.0g
	洋食 スクランブルエッグとベーコンソテー グリーンサラダ パン ミルク デザート 542kcal /3.6g	ホットドック 具沢山コーンスープ ミルク デザート 560kcal /3.5g	チキンナゲットとハッシュドポテト 温野菜サラダ パン ミルク デザート 505kcal /3.8g	野菜オムレツとトマトソース コールスローサラダ パン ミルク デザート 439kcal /2.7g	ロールキャベツのコンソメ煮 シーザーサラダ パン ミルク デザート 487kcal /3.8g	フレンチトースト ★ハムと野菜のポターージュ ミルク デザート 587kcal /2.8g	ウインナーと野菜のチーズ焼き 和風サラダ パン ミルク デザート 498kcal /2.9g
昼食	日替A カレイの明太焼き きのこほうれん草の胡麻ダレ ご飯 味噌汁 デザート 492kcal /3.1g	牛肉と野菜の旨煮 大根とツナの青じそサラダ ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /3.9g	ほっけの開き 胡瓜とかにかまの酢の物 ご飯 味噌汁 デザート 584kcal /3.9g	鶏肉の梅生姜焼き 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 575kcal /3.8g	つばすのもろみ焼き 青梗菜の中華和え ご飯 すまし汁 デザート 519kcal /3.8g	八宝菜 ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 511kcal /3.5g	さばの塩焼き レタスとみかんのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 498kcal /3.9g
	日替B 醤油ラーメンとミニチャーハン きのこほうれん草の胡麻ダレ デザート 617kcal /3.1g	オムライス 大根とツナの青じそサラダ 味噌汁 デザート 569kcal /3.4g	手作りお好み焼き(豚玉) 胡瓜とかにかまの酢の物 ゆかりご飯 味噌汁 デザート 663kcal /3.8g	ねぎとろ井 五目煮豆 味噌汁 デザート 603kcal /3.5g	のっぺいそば 青梗菜の中華和え おかかご飯 デザート 572kcal /3.8g	三色丼(卵・鶏そぼろ・青菜) ひじきの煮物 味噌汁 デザート 592kcal /3.7g	★海老のトマトクリームパスタ レタスとみかんのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 569kcal /3.9g
夕食	日替A いさきのムニエル レモン醤油 さつま芋サラダ トマトともずくの三杯酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.3g	銀むつの幽庵焼き 蓮根と舞茸のさつと煮 白菜の浅漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 680kcal /3.2g	ぶりの黒胡椒ステーキ 蛸と冬瓜の炊き合わせ 長芋の菊花もみじ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.3g	平目の煮付け きのこさつま揚げの炒め物 イカの酒盗和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.3g	松花堂 11月13日(月)に 掲示致します。	鰯の香味塩麴焼き 空豆と山菜の卵の花 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 684kcal /3.1g	赤カレイと牛蒡の煮付け かぼちゃの銀あんかけ 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /3.2g
	日替B ハーブ鶏と野菜のグラタン さつま芋サラダ トマトともずくの三杯酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686kcal /3.4g	豚の竜田揚げ 蓮根と舞茸のさつと煮 白菜の浅漬け ご飯 味噌汁 漬物 デザート 737kcal /3.3g	牛と海鮮のオイスター炒め 蛸と冬瓜の炊き合わせ 長芋の菊花もみじ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 622kcal /3.5g	デミグラスハンバーグ きのこさつま揚げの炒め物 イカの酒盗和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 682kcal /3.3g	牛肉の赤ワイン煮込み 空豆と山菜の卵の花 焼き茄子 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 785kcal /3.6g	熟成三元豚のロース豚カツ かぼちゃの銀あんかけ 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.3g	

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 11月 14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

