



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!

パストラルール尼崎  
8月20日(月)～8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	<b>お好み焼き風 オムレツ</b> カリフラワーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 487kcal /2.5g	<b>さばのみりん干し</b> とろろ芋 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /3.1g	<b>茶粥</b> 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.2g	<b>かにかま入り 出し巻き卵</b> しろ菜の磯辺和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 509kcal /3.3g	<b>笹かまぼこと たらこ盛り合わせ</b> 海藻のドレッシング和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 465kcal /3.0g	<b>焼きししゃもと 煮豆二種盛り</b> ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /3.2g	<b>さつま揚げの 炊き合わせ</b> 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /3.0g
	洋食	<b>厚切りハムと ハッシュドポテト</b> カリフラワーのサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.2g	<b>フレンチトースト</b> 具沢山チャウダースープ ミルク デザート 560kcal /2.5g	<b>ソーセージ二種と 野菜ソテー</b> ポテトサラダ パン ミルク デザート 520kcal /2.8g	<b>ミートボールの クリーム煮</b> グリーンサラダ パン ミルク デザート 539kcal /2.7g	<b>ウイナーエッグ</b> コーンサラダ パン ミルク デザート 527kcal /3.2g	<b>ピザトースト</b> 野菜のコンソメ煮 ミルク デザート 487kcal /2.8g	<b>たらと野菜の タルタル焼き</b> クリームスープ パン ミルク デザート 508kcal /2.4g
昼食	日替 A	<b>カレーの 梅かつお焼き</b> 蒟の香物と和え ご飯 味噌汁 デザート 549kcal /3.2g	<b>冷しゃぶ(豚)</b> キャベツとりんごのマリネ ご飯 スープ デザート 572kcal /2.9g	<b>ほっけの塩焼き</b> おくらのねばねば和え ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /3.1g	<b>牛肉と野菜の 炒め物</b> パプリカのマリネ ご飯 スープ デザート 575kcal /3.2g	<b>とろあじのもろみ焼 き</b> 胡瓜としらすの酢の物 ご飯 すまし汁 デザート 579kcal /3.0g	<b>鶏肉の治部煮</b> 人参と青梗菜のしりしり ご飯 味噌汁 デザート 510kcal /3.2g	<b>ミックスフライ</b> 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 デザート 538kcal /3.2g
	日替 B	<b>冷やし汁そうめんと 稲荷寿司</b> 蒟の香物と和え デザート 517kcal /3.1g	<b>オムライス</b> キャベツとりんごのマリネ スープ デザート 589kcal /3.3g	<b>★鶏肉入り 味噌風味焼きそば</b> おくらのねばねば和え ぶりかけご飯 デザート 563kcal /3.2g	<b>五目チャーハン</b> パプリカのマリネ スープ デザート 693kcal /3.2g	<b>かき揚げそば</b> 胡瓜としらすの酢の物 ゆかりご飯 デザート 572kcal /3.1g	<b>鮭と大葉の混ぜ寿司</b> 人参と青梗菜のしりしり 味噌汁 デザート 612kcal /3.3g	<b>冷やし中華</b> 白菜の塩昆布和え 菜めし 味噌汁 デザート 519kcal /3.3g
夕食	日替 A	<b>松花堂</b> <b>8月13日(金)に</b>	<b>大鱈の利休焼き</b> 飛龍頭の炊き合わせ たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /3.2g	<b>平目のムニエル</b> 南瓜のそぼろあんかけ 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 675kcal /3.3g	<b>かんぱちの照り焼き</b> 揚げ出し豆腐 水茄子の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /3.3g	<b>赤カレーの煮付け</b> ゴーヤのオイスター炒め 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.3g	<b>鯛の塩焼き</b> 万願寺と厚揚げのピリ辛炒め もずくの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674kcal /3.1g	<b>すずきのパン粉焼き</b> 大根と京生麩の煮物 さつま芋とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.2g
	日替 B	<b>掲示致します。</b>	<b>チキンカツ</b> 飛龍頭の炊き合わせ たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 730kcal /3.3g	<b>牛肉と海老の旨煮</b> 南瓜のそぼろあんかけ 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.5g	<b>イベリコ豚の 生姜焼き</b> 揚げ出し豆腐 水茄子の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 652kcal /3.3g	<b>牛ヒレ肉のステーキ</b> ゴーヤのオイスター炒め 春菊のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 652kcal /3.3g	<b>茶美豚の カレー煮込み</b> 万願寺と厚揚げのピリ辛炒め もずくの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 715kcal /3.6g	<b>牛肉と野菜の 五目炒め</b> 大根と京生麩の煮物 さつま芋とひじきのサラダ 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 8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。  
 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

