



栄養科たより ～行事食～



季節や歳時に合わせて、月ごとに行事食をご提供しています。入院生活でも季節を感じつつ食事を楽しんで頂ければと思います。4月の行事食は、春の彩りを詰め込んだ春御膳をご用意しました。新年度の始まりには、旬の食材が豊富に揃った食事を楽しんで、**体調維持に努め健康に過ごしたい**ですね。

《メニュー》

- 友禅ごはん
- めばるの天ぷら
- 豆腐とあさつきのすまし汁
- わかめとこんにゃくのぬた
- パンナコッタ桜ソースかけ



友禅ごはんと言えば…

本日の友禅ごはんは、美濃加茂市学校給食の人気メニュー！彩りがきれいで、鶏ひき肉の甘辛い味がポイントです。この一品でごはん、肉、卵、野菜と、たくさんの栄養を1度に摂取することが出来ます。病院では少しアレンジして、具材を別々で盛り付けています。学校給食ではすべての具材を混ぜて調理しており作り方を紹介します。

《作り方》卵は塩、砂糖を入れ、鍋でぼろぼろのそぼろにします。鶏ひき肉も砂糖、酒、しょうゆ、生姜を入れてそぼろになるまで炒め、人参を入れてさらに煮て、火が通ったら卵とみつばを入れます。暖かいごはんにかけて、きざみ海苔をのせたら出来上がりです！

卵やひき肉のそぼろは冷凍して保存出来るため、多めに作っておくおけば、野菜を準備するだけで手軽に食べられます。良質なタンパク源は毎食摂取したいもの。ぜひお試しください。



病院で給食を食べるということ…

病気に合わせた特別な食事を提供することで、治療効果を高め、病気の早期回復を支援するのが病院の給食です。この他に退院後の食生活のあり方を示し、必要に応じて食生活の見直しの見本となります。毎食しっかり食べていただくこと…これが基本です。

いつもと違う入院生活での食事。嗜好や身体状況に配慮しながら、美味しく食べて頂けるように支援していきます。



次回は…5月の行事食は、子供たちが大好きな**チキンライスとエビフライ、グラタンにウィンナー**というメニューです。いつもの行事食とちょっと違ったメニューをお楽しみ下さい。

太田病院 栄養科

