

みぬま 食ネット



発行
老人保健施設みぬま
食養科
このニュースはみぬま
HPIにも掲載されています
<http://rouken-minuma.jp/>



新年あけまして おめでとうございます。



今年、「老人保健施設みぬま」は増改築により、新しく生まれ変わります。食事の提供方法も以前と変わり、よりおいしく提供できるようなシステムになります。食養部門一同、今からいろいろなことに取り組み、その日を待ち望んでいます。



これからも利用者様に喜んでいただけるような、食事提供の仕方や周りでお世話をしている方々、そしてその地域で活躍している皆様に、何らかの方法で協力ができるようなことを考えながら、これからも日々、精進していきたいと思っております。

今年もよろしくお願ひします。 食養部門一同

★胃にも優しい

●豆乳で作る茶碗蒸し
具はお好みで大丈夫。

★材料(2人分)

たまご 2個

お好みで肉類や
野菜類などを入れる

★調味料

豆乳 100cc

出汁の素 小さじ2(20g)



老健みぬまでは、利用者様の食事についての相談を調理師が承っています。お気軽にご相談ください。

★作り方

- ①具材は食べやすい大きさにカットし、耐熱容器に入れ軽くラップをしてから、火が通るまで電子レンジで加熱する。(1~2分を目安で)
- ②卵をよく攪拌し、調味料をいれ、もう一度軽く攪拌しておく。
- ③容器に①と②を入れ、軽くラップをしてから、電子レンジで加熱する(1分半を目安に、加熱が足りない場合は加熱時間をふやす。)

注)病態に応じて、使えない食材などもあります。 医師との相談の上、お使いください。