



# えいようだより 3月号



第92号  
発行 令和2年  
県立総合病院  
栄養管理室

## 病院のお食事をご紹介します♪

### 知ってほしい病院の食事

#### 種類

病院で提供している食事の種類はいくつあるか知っていますか？当院では形態別・疾患別で34種類、細分化すると138種類あります。例えば、同じ糖尿病食でも、年齢や活動量によって必要な栄養量が違います。また、噛むことが難しい方には刻んだおかずに変える、ご飯をお粥に変えるなどの対応をしています。それ以外にもアレルギー、宗教、苦手食品にも対応しているため、一人一人異なる食事を提供しています。

#### 味・メニュー内容

心臓疾患症食など、食塩6g/日未満の食事があります。当院では、ただ塩を減らすのではなく、味噌汁のだしを効かせて味噌を少なくする、カレー粉やのりなどの風味を活かしておいしく食べられるよう工夫しています。

医師、管理栄養士・栄養士等が検食しています。また、患者さんのご意見や残食量を参考に、食事内容の改善・新しいメニューや行事食を取り入れています。

### \* 今年の3~4月 行事食メニュー \*

#### 3/3 ひな祭り



海鮮丼

ひなあられ

#### 3/21 春分の日



おはぎ

#### 4/8 花祭り



桜餅

筍ご飯

### \* 今年3/20

### 今月のレシピ 調理スタッフもおすすめ♪ おろし煮

#### \* 材料 (1人分) \*

白身魚	60g	大根	40g	砂糖	2.5g
片栗粉	6g	グリーンピース	5g	醤油	4g
油 (揚げ油)	6g			かつおだし	50g

#### \* 作り方 \*

下処理：大根はすりおろしておく。

- ①白身魚に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ②砂糖、醤油、かつおだしを鍋に入れ、沸騰される。
- ③②にすりおろした大根を加えて煮込み、火を止める直前にグリーンピースを加える。
- ④お皿に①を盛り付け、③をかけて完成。



1人分 エネルギー： 175kcal たんぱく質： 12.8g 塩分： 0.9g

「えいようだより」は地階集団栄養指導室前及びポプラに置いてあります。ご自由にお持ちください。