

ヘルスケア・レストラン

2017
2
February

糖 尿 病 の 重 症 化 を 防 ぐ 減 塩 指 導 の 実 践

特集

ピンポイントで結果につなぐ



栄養士応援企画

ルーチン業務に付加価値を!
**適切な
厨房マネジメントを
実現しよう**



●ダイエツセラビー 新・食に焦点
東邦大学医療センター佐倉病院
糖質設定値を低くした**低糖質食**
特別食 / 出産祝いのディナー



ソース香る海鮮おこのみ焼き

川浪好美さん

医療法人唐虹会 虹と海のホスピタル・調理師 / 佐賀県唐津市

◆1人分のつくり方と材料

- ① 温野菜じゃがいも100g、温野菜さつまいも50g、やさしい素材えび20g、やさしい素材いか20g、とけないにんじん20gをスチームコンベクションで蒸す
- ② ①のじゃがいもとさつまいもはなめらかな食感になるまでつぶす。その後、混ぜ合わせて塩・こしょうを適量入れて下味をつける
- ③ ②をお好み焼きの生地に見えるよう、お皿に丸く成形しながら薄く伸ばしていく
- ④ ①のえび、いか、にんじんは千切りにして③の上に並べる
- ⑤ ④にウスターソース10g、とんかつソース10gを混ぜた手づくりソースを塗る。その上にマヨネーズ適量をかけ、カツオ節と青のりを適量まぶす

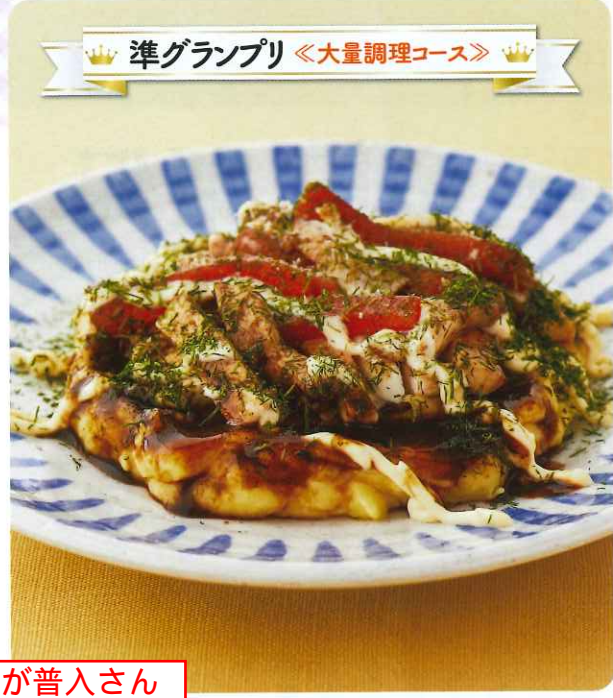
◆1人当たりの栄養成分

エネルギー268kcal、たんぱく質10.3g、脂質5.3g
炭水化物43.9g、塩分1.8g

評価コメント

つくり方が非常にユニークです。食感をお好み焼き本来の生地近づけようと、じゃがいもとさつまいもを混ぜ合わせた点がおもしろいですね。さつまいもの分量を調整し、甘味を抑えたほうがソースの味とマッチするかもしれません。

こちらが普入さんの作品です



準グランプリ 《大量調理コース》

総評



麻植有希子先生

ワタミ株式会社 健康長寿科学栄養研究所 所長
管理栄養士・臨床栄養師

全体的にどんどんレベルが上がっており、非常に嬉しいです。『やさしい素材』シリーズの色味のよさや風味の豊かさを活かしたメニューが多く、見た目にもおいしい作品が多かったです。ただ、実際に施設や病院のメニューに組み込んでみることを考えた場合、何と組み合わせたらいいのか迷ってしまうメニューもありました。製品の使いやすさや調理の簡便性を視野に入れたレシピを考えていきましょう。



工藤美香先生

新都市医療研究会「君津」会
南大和病院 栄養部
部長

ご紹介した
受賞作品のレシピは
WEBサイトで公開予定!
いつもの献立に早速、
取り入れてみてはいかがでしょうか?

お問い合わせ先



MARUHA NICHIRO

マルハニチロ「やさしい素材」レシピコンテスト事務局

TEL:03-6833-4191

(受付時間:平日9時~17時)

マルハニチロ メディケア食品 レシピコンテスト 検索

<p>行事食コース</p>	<p>佐々木友美さん 特別養護老人ホーム一心苑 調理師/宮城県</p>	<p>大量調理コース</p>	<p>普入政幸さん 複十字病院・調理師/東京都</p>
<p>行事食コース</p>	<p>下村誉司さん 虹と海のホスピタル・調理師/佐賀県</p>	<p>大量調理コース</p>	<p>和田麻実さん 特別養護老人ホーム悠久園 栄養士/埼玉県</p>
<p>行事食コース</p>	<p>佐藤奈津子さん 睦合ホーム・管理栄養士/神奈川県</p>	<p>大量調理コース</p>	<p>濱田 瞳さん 阪神福祉事業団阪神福祉センター 管理栄養士/兵庫県</p>
<p>メディケア賞</p>	<p>宮城島 宏さん 松林ケアセンター 管理栄養士/神奈川県</p>	<p>大量調理コース</p>	<p>石智基幸さん 日総ふれあいケアサービス株式会社 調理師/北海道</p>