



# 夏のイベント食を実施しました！



令和1年8月7日

今年の夏は連日猛暑続きで病院前の桜並木では蝉が大合唱しています。屋外リハビリテーションを行う患者様は日除け帽子を装備して挑まなければなりません。暦の上では立秋ですが暑さのピークを乗り越えようと『夏の馳走膳』を提供致しました。

さっぱりした酢飯にスタミナ源の鰻を乗せた鰻ちらしや穴子は食欲をそそる一品です。茄子とトマトは体を冷やしてくれる夏の食材の代表格です。デイルームでは、思わぬ暑気払いで夏の宴となりました。

## ★豆知識 鰻の栄養価★

鰻は、極めて栄養価が高くバランスに富んでいる食品です。

- \* ビタミン A 皮膚や粘膜の潤いを保つ・視覚障害の予防・風邪の抵抗力をつける効果
- \* ビタミン B1 炭水化物の代謝をスムーズにし、体調を整える作用
- \* ビタミン B2 蛋白質・脂質・糖質の代謝をスムーズにし、体調を整える作用。発育に欠かせない栄養素。
- \* ビタミン E 細胞が老化するのを防ぐ役割。肌のつやが良くなり美容効果も期待できる。
- \* カルシウム 歯や骨を丈夫にする。牛乳の 1.5 倍、ほうれん草の 2.5 倍のカルシウムが含まれる。



- \* 鰻ちらし(軟菜:穴子)
- \* 揚げ茄子そぼろあん
- \* オクラのトマトの和え物
- \* フルーツあんみつ



## ★患者様の声★

- ・美味しかったです(同意見多数)
- ・酢飯って食欲そそるわね。
- ・うなぎが病院食に出てくるなんて思わなかったから嬉しい。
- ・夏野菜大好きで食べたかったからおいしくて満足です。
- ・寒天がいろんな色があって可愛い。
- ・「ザ・夏」って感じで good!!
- ・糖尿病だけど蜜豆食べられて嬉しい。
- ・明日退院だけど、退院前に食べられて嬉しい。
- ・退院祝いでうなぎ食べる予定があるから、この夏2度食べられるのは嬉しい。
- ・穴子が柔らかくておいしかった。
- ・病院で食べられて嬉しい。
- ・いつも食べきれないけど、今日はペロリと食べられた。
- ・術後、食欲なかった。今日は元気をもらった。ありがとう!

