

🍎 栄養だより 🍎

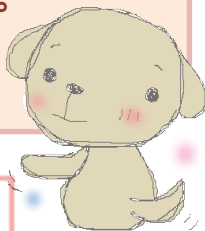


バルナバ病院は、「おうちご飯」をテーマにママと赤ちゃんを1番に考えたお食事をご提供しています。

今日は先輩ママたちからの声をご紹介します。

そしてぜひ、みなさまからのお声をお聞かせください。

頂いたお声を大切に、これからもより良いお食事の提供を目指していきます🌸



バルナバ病院栄養管理室 2016-4

トマトスープ🍅

【材料】4人分

大豆(ゆでた状態) 30g
 じゃがいも(中) 1個
 人参(小) 1本
 玉ねぎ 1/2個
 グリーンピース 20g
 スイートコーン 20g

トマト缶 120g
 コンソメ 5g
 水 800CC
 塩・こしょう 少々
 みりん 少々

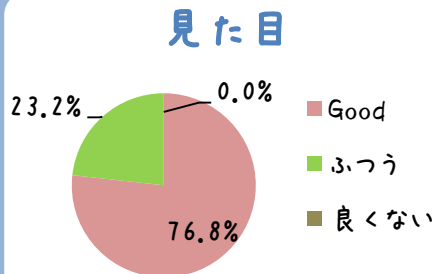
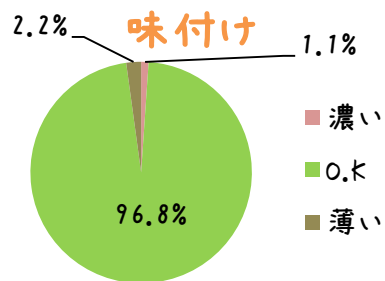
【作り方】

1. 具材を切る。じゃがいも・人参はさいの目切り、玉ねぎは大きめのみじん切りにする。
2. 水・コンソメを入れた鍋に1の野菜・大豆を入れて火にかける。火が通ったらグリーンピース・スイートコーンも加える。
3. トマト缶を加えてよく煮込み、塩・こしょうで味を整える。甘さやコクが物足りない時には、少量のみりんを加える。

☆完成☆

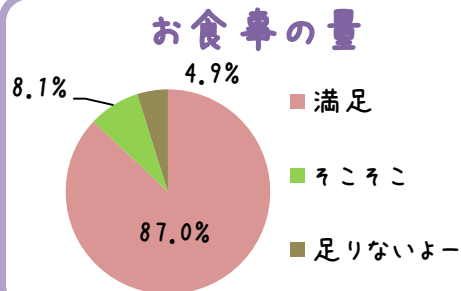


新生活が始まり慌ただしい朝の時間でもさっと作られて沢山の具材を食べられるお手軽メニューです^^



アンケートにご協力頂き、本当にありがとうございました!
 毎日みなさまからのお声を拝見することをとても楽しみにしています🐾

これからも、見た目や量の満足感をより一層感じていただける食事作りを目指して頑張ります☆
 ぜひ、みなさまからのお声をこれからもお聞かせください^^



みなさまからのご意見・ご感想🐾

120枚のメッセージを頂きました!	
美味しかったです!	53.3%
毎食楽しみにしている	10.8%
栄養バランスのいい食事に満足☆	5.8%
小腹が空いた時に食べられるものが付いて助かる!	3.3%
その他	26.7%

その他のご意見では...👉

- 🌸 どれもとっても美味しく元気がでました^^ごちそうさまでした👉
- 🌸 はじめての出産をここの病院で経験し、おいしいごはんにより毎日体がいやされました👉
- 🌸 入院生活にとって食事がすごく大事だと思いました。ありがとうございます。
- 🌸 朝食はパン派で、とくにベーグルは自分でも作るぐらい大好きなのでうれしいです。
- 🌸 帝王切開後の食事にすごく気を使った食事をありがとうございます。
- 🌸 授乳中はお腹が空くので、量の多いお食事はとても助かります。ごちそうさまでした。

ご出産されたママたちに「おはんざいレシピ」をご提供しています。その際、レシピとともにお付けしたアンケートをまとめた結果このようなお声を頂きました。ぜひみなさまからのお声もお聞かせください🎵