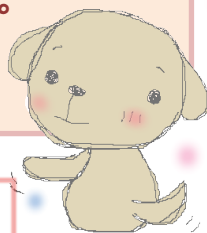


🍏 栄養だより 🍏



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 2016-9



【材料】4人分
 豚ローススライス 8枚
 赤パプリカ 1/3個
 黄パプリカ 1/3個
 緑パプリカ 1/3個
 塩・こしょう 少々
 <調味料>
 だし:濃口醤油:みりん
 3: 1 : 1
 片栗粉 少々

豚肉のパプリカロール

【作り方】

1. パプリカを縦8等分に細長く切る。3色の大きさを揃えることがポイントです!
2. 豚肉に塩・こしょうで下味を付けて1のパプリカを1色ずつ乗せて巻く。巻き終わったら崩れ無い様に軽く握ります。
3. フライパンで巻き終わりを下にして2を焼く。焼き色が付いたら反対の面も焼く。
4. 3を焼きながら、調味料を全て合わせてとろみがつくまで沸かしておく。
5. 3のフライパンに4を入れて誰を絡める。半分に切り分ける。

☆完成☆



Point☆
 アツアツの状態に熱々のタレを絡めることでしっかりと味がなじみます☆パプリカ以外にもさつまいもやきのこを巻くのもオススメです



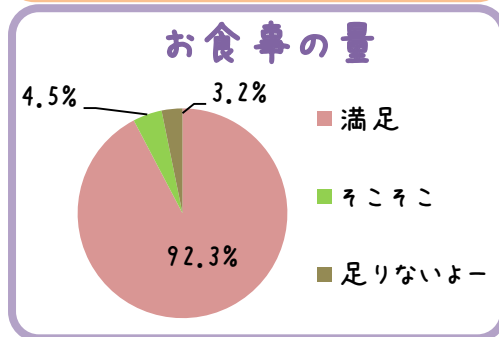
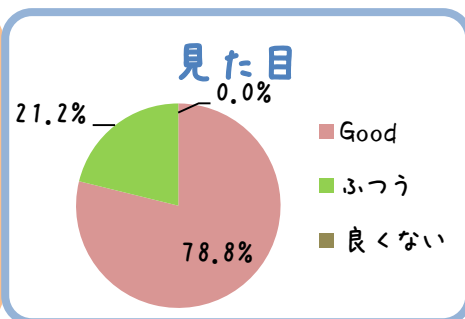
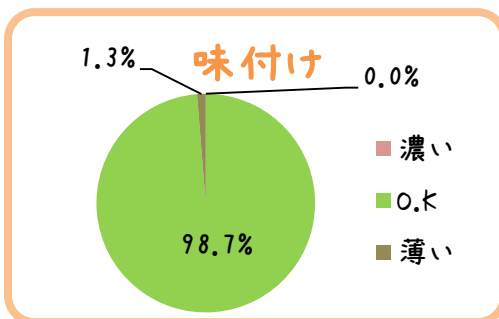
みなさまからのご意見・ご感想🐾

115枚のメッセージを頂きました!	
美味しかったです!	60.0%
退院してから参考にします!	9.6%
毎食楽しみにしている	9.6%
バランスのよい食事が嬉しい!	7.8%
その他	13.0%

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♪

その他のご意見では…

- ☆おかずの品数が多く、満足してます。
- ☆慣れない育児、ごはんで心の疲れ取ってもらってます♪ありがとうございます☆
- ☆ごちそうさまでした。ちょっとしたオヤツうれしかったです。
- ☆濃い味、薄い味、色んな味、食材を楽しませてもらっています。家では野菜の品数を沢山使えていないことに気付かされました。
- ☆ベーグルはバーガーみたいにして食べるのが、いつもと違って食欲がわいて良かったです。
- ☆足りないかな?や、多いかな?と聞いていても、いつもお腹に満足に頂いています。



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^^