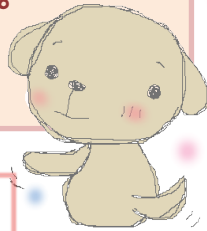


# 栄養だより🍏



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 2017-3



# 桜の蒸しケーキ🍷



【材料】10個分

ホットケーキミックス 170g  
 牛乳 100cc  
 卵 1個  
 砂糖 40g  
 サラダ油 大さじ1  
 あんこ 100g  
 食紅 2滴  
 桜の塩漬け 10個

【作り方】

1.ボウルに卵を割り入れ、ホットケーキミックス・牛乳・砂糖を加えてよく混ぜる。  
 2.1の固さを見ながらサラダ油を少しずつ混ぜる。  
 3.2に食紅を加えしっかり混ぜる。  
 4.カップにあんこを10gずつ盛り付ける。  
 その上から3を10等分ずつ流し入れる。桜の塩漬けをトッピングして、15分程蒸す。

☆完成☆



春の陽気を感じるような、今の時期にぴったりなスイーツです🍷  
 桜の塩漬けのしょっぱさとあんこの甘味が対比効果となって、あっさりとおいしく食べられます！  
 ピクニックやお花見にもいかがですか^^?  
 🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

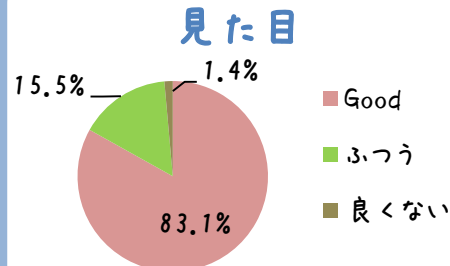
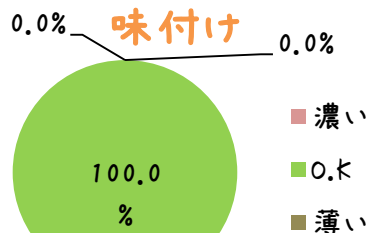
# みなさまからのご意見・ご感想🐾

|                  |       |
|------------------|-------|
| 46枚のメッセージを頂きました！ |       |
| 美味しかったです！        | 56.5% |
| 退院後も参考にします！      | 10.9% |
| 毎食楽しみにしている       | 8.7%  |
| バランスが良く工夫された食事が◎ | 8.7%  |
| その他              | 15.2% |

その他のご意見では…🍷

- ☆素材の味や菌ごたえなどとても生かされているので、口の中が楽しく頂けます。ありがとうございます。
- ☆退院したくなくならない毎日この食事を食べてみたいです。
- ☆全部おいしく、便の出かせもおかぎでスムーズでした。ありがとうございました。
- ☆初めての出産で早くもちょっぴりめげそうになりましたが、食事で気分を変えられるので感謝感謝です♪
- ☆朝から色々な食材が食べれてうれしいです🍷

ご出産されたママたちに「おぼんざいレシピ」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🍷



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^^

