



栄養だより vol.28



2024年8月
栄養部

イベントメニュー(2024年5月~7月前半)

5月25日 開院記念日

【献立】

- ・赤飯
- ・赤魚の粕漬焼き
- ・ふきと焼き豆腐の煮物
- ・筍の木の芽和え
- ・味噌汁
- ・メロン



6月17日 あじさいメニュー

【献立】

- ・ピースご飯
- ・鰯の南蛮酢
- ・白菜のお浸し
- ・清汁
- ・あじさいゼリー



7月7日 七夕

【献立】

- ・ご飯
- ・魚の塩焼き
- ・かぶと人参の含め煮
- ・みょうが和え
- ・七夕スープ
- ・七夕ゼリー



<患者様の声(一部抜粋)>

- ・塩分控えめの味付け、とても参考になります。
- ・普段、家ではつからないメニューがたくさん出てくるので勉強になります。
- ・七夕のかわいくて素敵なメニュー、ありがとうございました。
- ・汁物の具が1品というのが最近の具たくさんに慣れていてさみしいかと感じます。

※ 食事の種類によりますが、治療上問題がなければ、下記の対応が可能です。ご希望がありましたら
 医師、病棟スタッフまでお声掛けください。
 ・朝食時の主食をパンへ変更 ・牛乳をヨーグルトへ変更

食中毒を予防しましょう!

7月~9月は気温や湿度が高く、
 細菌が増えやすいため、食中毒が起きやすい時期です

食中毒の原因①不十分な手洗いや手指の傷

手に付着した細菌やウイルスは水だけでは取り除けません。石鹸を使って指や爪の間までよく洗いましょう。



手に傷がある場合は食材に直接接触らず、使い捨て手袋等を利用しましょう。



食中毒の原因②生ものや加熱不十分な肉

肉や魚を購入したら、汁が漏れないように袋に分けて包みましょう。



生肉・生魚・卵に触れたら手を洗い、まな板は分けるか、よく洗い熱湯消毒しましょう。また、中心部までよく加熱しましょう。



食中毒の原因③調理後の長時間放置

細菌の多くは、20~50℃で増殖するため、調理後は常温で長時間放置すると危険です。冷蔵庫又は冷凍庫で冷却して保存しましょう。また、十分に加熱してから食べましょう。

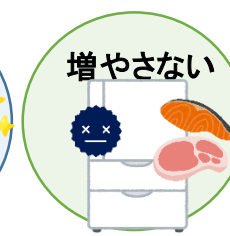


★食中毒予防の3原則★

つけない



増やさない



やっつける



栄養相談をご希望の方は医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください