



栄養だより vol.34



2025年8月
栄養部

イベントメニュー(2025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
- ・ふきと生揚げの煮物
- ・筍の木の芽和え
- ・味噌汁
- ・メロン



7月7日 セタ

【献立】

- ・ご飯
- ・魚の塩焼き
- ・冬瓜といんげんの煮物
- ・みょうが和え
- ・セタスープ
- ・セタゼリー



6月30日 あじさいメニュー

【献立】

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



<患者様の声(一部抜粋)>

- ・健康的なメニューを家に帰って参考にします。
- ・夏の食材が使われていて季節を感じるメニューをありがとうございます。
- ・セタスープの星型人参、オクラがかわいくて美味しかったです。
- ・もう少しかつおだし、こぶだしをきかせるといいと思います。

※ 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。



覚えておこう！

★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