

# “熊循”栄養科だより vol.8

H26年 12月

## 食器をリニューアルしました!!

”熊循”栄養科では、このたび、食器、トレイを一新たにしました。

オーベルジュ・アマファソンの小幡洋ニシェフと私たち栄養科スタッフで、おしゃれで機能性の高いこだわりの食器を約半年間かけて吟味し選びました。

見た目におしゃれで患者さまには使い勝手のよい食器です。

ますます見栄え良く、おいしいお食事を提供できるようになりました♪



小幡洋ニシェフ

どんな料理にも映える、おしゃれな見た目にこだわりました。



管理栄養士 花田

患者さまの使い勝手の良い、機能的な食器にこだわりました。



目の覚めるようなあざやかなレッドのトレイに真っ白な食器がとても映えます。



新しい食器でのクリスマスディナーです

## 熊循レシピのご紹介

### 白菜のねりごま和

葉物野菜のおいしい季節となりました。

白菜を一玉買って、余らせてしまう・・・なんてことはありませんか？

今回はたっぷりと白菜が食べられる、そんなレシピをご紹介します。

忘・新年会でちょっと食べすぎたときなど、ヘルシーでおいしい白菜をたっぷりとどうぞ。



#### 材 料 2人分

白菜	160g
にんじん	20g
みつば	20g
ねりごま	大さじ1
うすくちしょうゆ	小さじ1杯強
だし汁	少々

#### 作 り 方

- ① 白菜は太めの千切り、にんじんは線切り、みつばは白菜の長さにそろえて切ります。
- ② ①の野菜をゆでてよくしぼります。
- ③ ボウルに②の野菜、調味料を入れて和えればできあがりです。



栄養価(1人分)  
エネルギー 47kcal  
たんぱく質 1.9g  
脂質 2.6g  
塩分 0.6g