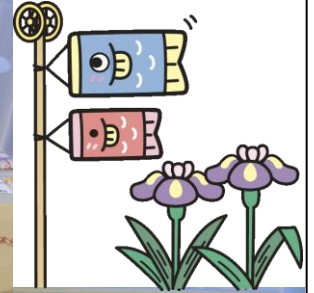


☆看護の日週間☆



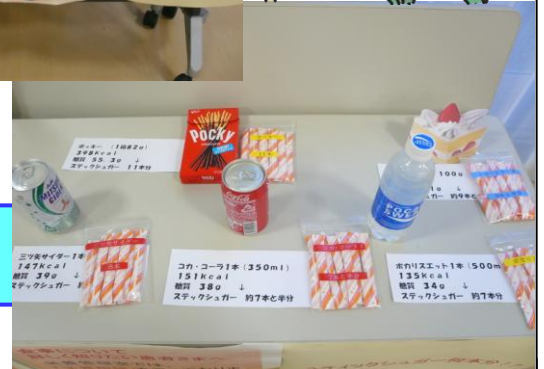
5月10日から5月16日の看護の日週間に合わせた取り組みとして、栄養管理室では、入院患者様へのデザート(二色ゼリー)の提供、外来での食品サンプルの展示を行いました。皆様ご覧いただけましたでしょうか？

普段摂取している食べ物の砂糖や塩の多さに驚きの声が多く聞かれました。



塩分量について

糖分について



※栄養管理室では、栄養相談を承っております。ご希望の方はお近くのスタッフにお知らせください。

献立に旬の野菜を！！

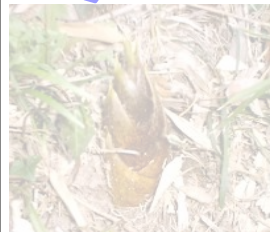
栄養管理室では、入院患者様に、季節を感じていただけるよう、献立にはできる限り、旬のものを取り入れています。

5月は旬がおいしい季節です。筍ごはんや若竹煮などを提供しています。その時にしか味わえない旬の味を堪能していただくと幸いです。

- ◆炊き合わせ
 - ◆三杯酢
 - ◆焼き
 - ◆若鶏カレー
 - ◆清汁
 - ◆筍ごはん
 - ◆お品書き
- 5月6日(夕)



今が旬です☆



今月は
筍(たけのこ)！

たけのこを使った料理には、かつお節と一緒に煮る土佐煮、わかめとともに煮る若竹煮などがあります。しかし、たけのこにはアクが多く、多量摂取は吹き出物の原因になります。また、まれにアレルギー症状を起こすことがあるので注意しましょう。

<栄養価と効能>

食物繊維を豊富に含んでいるため、便秘や大腸ガンの予防に効果的です。また、ナトリウム(塩分)を排泄する働きを持つカリウムも多く含んでおり、高血圧にも効果があります。



BFH (ベビーフレンドリーホスピタル)

当院は赤ちゃんにやさしい病院を目指しています。