

当院では1996年から月に1回、腎臓病教室で調理実習を行っています。腎臓病の食事療法は、減塩・低たんぱく質で美味しくないというイメージが強いですが、家庭でも簡単に美味しくできる料理になるよう心がけています。「家でも作ってみたいわ」「低たんぱく食品でもこんな使い方ができるのね」などの声も飛び交い、和気あいあいと楽しい時間を過ごされています。日頃の悩みや不安を解消する場にもなっており、ほとんどの患者さんが継続して参加されています。

2016年度腎臓病教室 低たんぱく食の献立紹介

4月

- ・だしとろろ飯
- ・豚の香味だれ冷やし中華
- ・クリームしるこ

低たんぱくご飯と低たんぱく麺を使いました。

しるこには、低たんぱく餅を入れてエネルギーアップ！



5月

- ・キャベツとツナのカレーチーストースト
- ・はちみつしょうがフレンチトースト
- ・和風マカロニサラダ
- ・白桃ゼリー

低たんぱく食パンで2種類のトーストを作りました。



6月

- ・豚肉のラタトゥイユ風ごはんにはんに添えて
- ・じゃことナッツ香るきんぴら
- ・みかんのグラニサード

実習生が頑張って考えました。患者さんにも好評でしたよ。



7月

- ・揚げない！ライスコロッケ
- ・ぎょぎょ！さば味噌缶でパスタ
- ・夏野菜の土佐酢ジュレがけ
- ・コーヒーくず餅

こちらも実習生作。名前も味も一工夫できていました。



8月はお盆のため、夏休みとしました。

9月

- フライパン1つで簡単パエリア
- 秋野菜の生姜マヨサラダ
- いちぢくコンポート〜季節のアイス添え〜

低たんぱくご飯でパエリアだって作れちゃいます。
旬のいちぢくにアイス添えてエネルギーアップも♪



10月

- キノコのあんかけ蕎麦
- コーンのチヂミ風
- アップルパイ

新商品の低たんぱくそばを使いました。
あんかけにすると薄味でも美味しくいただきました！



11月

- 柚子風味の減塩手まり寿司
- さんまのパン粉焼き
- ひろしまんぷく！シャキシャキサラダ
- カルピス&柿ゼリー

広島県100万食プロジェクトの献立を取り入れました。
行楽弁当をテーマにいつもと一味ちがった盛り付けに♪



12月

- たらのツリーパスタ
- 野菜いっぱいアクアパッツァ
- いちごシャーベット

低たんぱくパスタと低たんぱくパンを使って、
見た目にもクリスマスを楽しむメニューとなりました♪



1月

- ・低たんぱく弁当の試食
- ・看護師さんの勉強会「腎臓病について知ろう」

看護師さんに腎臓病についてお話してもらい、
みんなで低たんぱくのお弁当を食べながら、わいわい。
大変勉強になりました！



2月

- ・胡麻香るチキンごぼうサンド
- ・レモンでさっぱりデリ風サラダ
- ・季節の果物～紅茶ジュレかけ～

低たんぱくパンはトーストするともちりカリッと♪
レモン風味のサラダは減塩で美味しくいただきました。



3月

- ・和風あんかけオムライス
- ・いろどり生春巻き
- ・雪見だいふくのアフォガード

低たんぱくご飯はじゃこと大葉で香ばしく仕上げて、
ふんわり卵あんかけで包みました。

