介護食のご提案

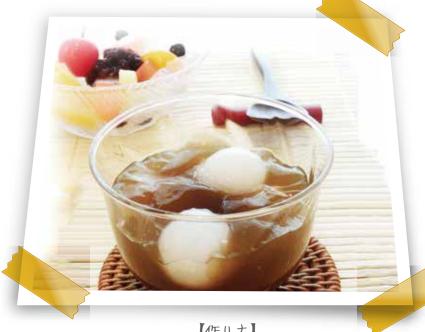
みやげん通信

宮源商品を使って 美味しい食事のご紹介

2015.Vol.3

編集発行/みやげん通信編集室 みやげんぶろぐ/http://wakayama.miyagen.shop-pro.jp/ 可子

美味しくエネルギー&水分補給



【材料】

●ほうご茶ゼリー

- ・70℃以上のお湯…200cc
- · + 17 y 7 ... 209
- ・宮源のドリンクゼリー (ほうご茶)…29

●白玉風田子

- •70℃以上のお湯…25cc
- ・宮源のお粥ゼリーの素…59

【作り方】

●ほう心茶ゼリー

- 1)川意したお湯にドリンクゼリー(ほうご茶)とカロアップ を加えかき混ぜるの
- 2)パットや容器に移し冷蔵庫で冷やす。
- 3) 固まったらクラッシュゼリーにし器に盛り付ける。

●白玉風用子

- 1) 囲意したお湯に宮源のお粥ゼリーの素を加えかき混ぜる。
- 2 農氷機等の容器に流し込み冷蔵庫で冷やす。
- 3) 固まったらほうご茶ゼリーヘトッピングして完成。



●お湯を入れて 混ぜるだけのお 茶ゼリーの素。

カロアップを

入れると

約76kcal

●お茶本来の **はたったかり** ました



●エネルギー強化が必要 な方へ。1gで約3.8kcal

- ●甘くないお砂糖!(砂
- 糖の約10分の1の甘味) ●冷たい物にもサッと溶
- けて色々な物へ添加可 能!



●お湯を入れて手 で混ぜるだけの簡 単お粥ゼリーの素!

●アレンジ色々でお 餅・お団子の代替え として!

アレンジが簡単 ですので色々 お試しください ホームページの「みや げんぶろぐ」でもレシ ピを紹介していきます ので是非ご覧ください。



抹茶パフェ風



みつ豆風



わらび餅風





【材料:1人分】

●めん

- ・茹でたうどん…150g
- ・お湯(60~70℃)
- ・宮源の酵素タブレット…1個
- ・ミキサーゲル(1%)…3g

●つゆ

- ・かけつゆ…150ml
- ・トローミファイバー

(1.5%) ···2.3g

【作り方】

- 1)うどんのかけつゆに
 - トローミファイバーをいれ、泡立て器等でかき混ぜてよく溶かしとろみをつけ、冷蔵庫で冷やしておく。
- 2) 茹でたうどん (温かいうちに)、お湯、酵素タブレットを ミキサーにいれ、撹拌する。
- 3) 2にミキサーゲルを加え、さらに撹拌する。
- 4) 3を絞り口金をセットした絞り袋に流し入れる。
- 5) 大きめのボールに水をはり、(ザルで受けながら)4の口金の先を水の中に差し込み、動かしながらめんを絞り出す。
- 6) めんを絞り終えたら、ザルで水を切り器に移し、1のかけつゆを上にかける。

★ポイント★

めんを絞り出すときは、 力を込めて勢いよく絞り 出さずにゆっくりと! 6)でつゆをかけた後、 お箸でやさしくほぐす します。つゆと絡まり、 よりうどんのようにな ります。

のトッピングはお好みで

錦糸卵・カニかま・鶏肉

- ①錦糸卵、カニかま、鶏ほぐし身それ ぞれを同量のお湯をミキサーに入れ、 なめらかになるまで撹する。
- 2ミキサーゲルを入れ、さらに撹拌する。
- 3容器に入れ、粗熱がとれたら冷やし 固める。
- それぞれを切り、うどんに盛りつける。

炭酸ジュースにトロミを付ける



【用意するもの・材料】

- ・冷たいペットボトルの炭酸飲料300ml 三矢サイダー・コーラ・ ファンタグレープ等
- ・トローミファイバー2%(6グラム)

ご注意ください

●添加量は目安ですので飲み易さを調整してご提供ください●シェイクして直ぐは飲料が吹きこぼれる為キャップを開けないでください。●飲料が冷たい事を確認してから開けてください。

【作り方】

- 1) トローミファイバーを容器に入れる為 に少しペットボトルの飲料を減らす。
- 2) トローミファイバーを加え、キャップ をしっかり締めてシェイクする。
- 3) 冷蔵庫で冷たく冷やす (炭酸を落ち着かすため)
- 4) 飲料が冷たい状態を確認し、吹きこぼれに注意して容器に注ぐ。

困ったときにひらく本 城下食Q&A ができました!

食事観察(ミールラウンド)のポイントや介助方法、姿勢、食形態と調理などについて、よくあるお問い合わせを中心にまとめた『嚥下食 Q&A 嚥下調整食レシピ』です。





EDIT

次回の発行は8月ごろ を予定しています

「みやげん通信」では画像や レシピを募集しております。 採用させて頂いた際は記念 品を贈呈させて頂きますの で奮ってご応募ください!

MiyaGen 食べる喜びを大切に

株式会社 宮 源 ^{宮 源 検 素} **3073-455-1711 FAX 073-455-1211**