

在宅介護ニュース



このたび、介護福祉科1年生が、「訪問介護における“減塩食”づくり」に挑戦しました！！
ひとり200円の予算で、グループみんなで予算・メニュー等に知恵をしぼり、日頃料理には縁がない人も調理に取り組み、見事な出来栄えばかり！！先生方の評価も含めてごらんあれ～～v(^^)v

*まずは買い物



限られた予算内で、買う食材の値段を見ながらあちこち店内を物色中・・・レジでは足りるかなぁ？余ったら買いたいものがあるんだけど・・・結果は？

*つぎはいよいよ調理だ！

メンバーが買い物中、残った人は食器の準備やわがグループの料理の“ウレ”やPRポイント！！を考えたよ～～～そして、みんなで自分のできることを発揮して頑張りました。各グループの結果はいかに・・・？

① グループ：A

メニュー：親子丼、サラダ、みそ汁、フルーツゼリー

こんな配慮しました：具材を小さく切った。好みの玉子の固さに応じて一人分ずつ親子丼を作った。

色どいをきれいに。生ゴミを最小限に！

こんな工夫しました：だしをとった昆布やかつお節を再利用した。野菜炒めの具の大きさをそろえた食材を使い切った。メニューごとに切り方を変えた。こうと、野菜を入れた。



「盛り付けが男らしいで賞」あれこれ考えに考えた料理でした！ご飯の量が少し多く感じたかな！？かつおだしが美味しかったですよ！

② グループ:B

メニュー:豆腐ハンバーグ、コンソメスープ、たまごサラダ、フルーツポンチ

こんな配慮をしました:栄養面での配慮をしました!

こんな工夫をしました:ハンバーグに豆腐を入れました! たまごをたくさん使いました!

野菜や果物をたくさん使いました!



「ふんわり女らしいで賞」
食べてみたら、味付けがパツ
千リでした! 見かけの色ど
次第で上位に入れたので
は!?

③ グループ:C

メニュー:豆腐ハンバーグ、スープ、みたらしだんご

こんな配慮をしました:ヘルシーにしました!

豆腐の嫌いな山本君が食べられるようにハンバーグにしました!

こんな工夫をしました:栄養バランスや色どいを考えました!

白玉が固くならないように豆腐を入れました!



「まあ!素晴らしい!!で賞」
静かに段取り良く準備ができ
ました!
味の変化も楽しめました!

④ グループ:D

メニュー:煮物、味噌汁、ポテトサラダ、酢の物、桃のヨーグルトあえ

こんな配慮をしました:和風でヘルシーに仕上げました!

こんな工夫をしました:少ない材料でしたが、料理を楽しめるようにたくさん種類を作りました!



「ご飯がすすむらしいで賞」
和風で、あれも、これとついつ
い食べてしまいそうです! 一番
味付けがしっかり派でした!