

## ひとてまプロジェクト2020 クリスマスディナー

「今年のクリスマスは、できる限り多くの患者さまにクリスマスの雰囲気味わってもらいたいです。」とひとてまプロジェクトリーダーの山下さん。はやくから施行錯誤してメニューを考えました。



### クリスマスのメニュー

ふわふわハンバーグ特製ビーフシチュー添え  
クリスマスキッシュ  
くるみの冬サラダ  
クリスマスプティフル

メニュー担当：ひとてまプロジェクトリーダー 山下  
晶穂

## ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記14

水曜日は透析デザートの日でしたが……。今回は、クリスマスにあわせて……。  
苺のハートパイです。ハートには、雪ホワイトクリスマスをイメージしてチョコを添えました。本日は、手作りカードも添えました。



## ひとてまプロジェクト2020 熊本スペシャルランチの日

本日は、熊本スペシャルランチの第2弾です。

昨年、メニューの構成については、熊本ホテルキャッスルの松田総料理長にご指導いただいた「熊本スペシャルランチ」です。ひとてまポイントは、グリル焼きに添えた「サツマイモ」「レンコン」をオイルでコーティングしたあとじっくりグリルして根菜類特有の甘味を最大限に引き出しました。スープは、クリスマスを意識してトマトを使いました。

前日から発酵させた塩パンもふっくらと仕上がりました。皆さんお味はいかがでしたか？

### 本日のメニュー

焼きたて塩パン

チキンオープン焼き～根菜のグリルを添えて～

ザクザクサラダ

ビーンズとトマトとのスープ

ミルクスイーツ～ブルーベリーソース添え～

メニュー担当：ソースプロモーション主任 柴田千尋



## ひとてまプロジェクト2020 実りの秋御膳

本日、11月27日昼食『秋御膳』です。

「実りの秋です。秋に収穫されたいろいろな食材をたくさん盛り込みたいです」と管理栄養士1年生の松本さんが目を輝かせて相談にきました。どうやら、すでに何度も自分で作ってみて決めたようです。調理師さんとも何度の打ち合わせをして当日は最高の出来栄でした。

皆さんお味はいかがだったでしょうか？



## ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記10

本日の透析デザートは、「カステラ」です。

これからの季節いただき物として食べられる機会も多いのでは？とスイーツ担当草留が透析をされている方に目安量をお知らせしたく考案しました。ザラメも使って食べた時の食感も試作を重ねて再現しました。



## ひとてまプロジェクト2020 熊本スペシャル御膳

なかなか感染症の拡大がおさまらない中、ご入院中の方の笑顔が増えれば・・・と献立担当リーダーが久留米出身の山下さんが熊本出身の加來主任に相談して完成した熊本スペシャル御膳。今回は、常食だけでなく5分菜などのお粥食の方にも工夫いたしました。

疫病退散を祈念して「あまびえ」のお菓子をデザートにつけました。

本日のお品がき

高菜めし、ちくわサラダ、大平燕、あまびえ





## ひとてまプロジェクト2020 粥食メニュー改革（鶏すき、ハヤシ）

「常食は美味しいけどね～術後の患者さんの食事はどうなのかな？」9月の院長ヒヤリングで尋ねられました。翌日から献立担当の山下、柴田、松本で5分菜食の検食を開始しました。確認のポイントは、5分粥のおかずとして適正か？献立リーダーの山下さんから粥食改革の一歩を踏み出しました。





## ひとてまプロジェクト2020 コロツケ揚げました！

献立班リーダーの山下です。

私が、新卒で入った時コロツケは20食程度を提供する選択メニューの日だけでした。手作りでとっても美味しいのに……。調理工程として、ジャガイモを蒸して、炒めた具材を冷やして地味に手ががかかります。調理責任者の田村さん、桑原さんと相談して11月12日常食と腎臓食の患者さま対象に約300個作っていただきました。新たな試みです。



## ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記9

本日の透析デザートは、「かりんとうドーナツ」。いろいろな年代の方にご負担たなく食べていただけて且つサクツとした歯ごたえを残すように試作を重ねました。いかがだったでしょうか？



## 11/11(水) かりんとうドーナツ



黒かりんとうや芋かりんとうはカリウムが多いです  
カリウムの少ない白かりんとうがおすすめです

POINT

～黒砂糖を使用した和菓子～

＝カリウムが多い



黒糖あめ



黒糖菓子



黒糖くるみ



黒糖まんじゅう



～間食の仕方～

- ・小皿に入れて量を決める
- ・ながら食いはやめる  
(テレビをみながら等)
- ・夕食後は避ける
- ・食前・食間より、食後に食べる



エネルギー	117kcal
たんぱく質	1.5g
塩分	0.1g
カリウム	31mg
リン	23mg

## ひとてまプロジェクト2020 ハロウィンの夜

本日、10月31日夕食はハロウィンメニューです。

「南瓜は、デザートで提供したいと思います。」と管理栄養士2年生の柴田さん。

可愛い箱にデコレーションしたたくさんのマフィンを焼いてきました。どれも捨てがたくてひとてまプロジェクトのご意見番の高橋院長に決定してもらいました。

アラザンをちりばめた「ハロウィンパンプキンマフィン」です。



## ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記7

今週末はハロウィン！

本日の透析デザートは、一足先に「ハロウィンパンプキンパイ」の提供となりました。栄養管理室では、季節のイベントを意識したデザートメニューを検討中です。提供する

デザートは、調理責任者と管理栄養士で試作をして検討しています。



## ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記6

お彼岸から少し遅れてしまいました。本日の透析デザートは「おはぎ」あんこ味と黄粉味を2個。お夕食も美味しく食べられるように小ぶりに作りました。

ひとてま隊ご意見番の高橋院長も試食され、次回の改善点についてご意見いただきました。また、バージョンアップして提供したいと思います



## ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記5

透析デザート提供開始から1ヶ月。酷暑だった今夏から想像もつかないくらい朝夕は肌寒くなりました。

さて、本日は「梨のコンポート」です。現在、次のデザート開発のため試作をしております。今回試作のデザートは、近日提供いたします。



## ひとてまプロジェクト2020 ごろごろ炊き込みご飯

管理栄養士2年生の柴田です。

今年の取り組み「変わりごはんの日」。今回は、献立作成にかなり苦戦しました。麺類。赤飯。思いついたメニューを試作して考えて考えて出来上がりました。今が旬の球磨産の栗。干しシイタケ。角切りの豚肉。もち米を少し加えておこわ風に仕上げた『ごろごろ炊き込みご飯』です。お味はいかがだったでしょうか？



### ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記4

透析デザート提供が開始5回目。

今回は、「紅茶ゼリー」です。今回のひとてまポイントは、さわやかさを出すために仕上げ「レモン果汁」をほんの少し加えました。

いつものように食事療法のポイントをまとめたものと一緒に提供いたしました。



### ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記3

透析デザート提供が開始4回目。

今回は、マシュマロクッキーです。ご意見番の高橋院長からの要望は、「ソースをちょっとつけるとかできないかな」でした。

山下、草留コンビが試行錯誤の末、イチゴジャムを使ったソースにキラキラアラザンを施したマシュマロクッキーが完成しました。



## ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記2

本日、透析デザートの日 2回目です。

今回は、ぶどうゼリーです。ご意見番の高橋院長からの要望は、「ぶどうの粒もゼリー液も『甘くて美味しい』となるようにしてね」です。山下リーダーは、試した結果、前日よりぶどう果汁に浸すこととしました。尚絅大学の実習生の皆さんが 一粒一粒皮を剥いて前日より仕込みました。



## ひとてまプロジェクト2020 防災の日

本日、9月1日は「防災の日」です。

非常食であっても、食品には消費期限がありますので定期的に少し形を変えてお食事を提供しております。2020年度防災の日は、2回目の担当となった栄養士4年生の山下さんです。『さんまの甘煮缶の卵とじ』は、缶詰特有のしっかりした味付けを卵でやさしくコーティングしました。



## ひとてまプロジェクト2020 透析デザート開発日記

8月26日から開始した透析デザートの日。

山下さんがリーダーとなって8月から新メニュー開発に取り組んでいます。<> 今回は、草留さんと一緒に「ひとてまプロジェクトご意見番」の高橋院長のもとへ試作品を持参し試食していただきました。3回目の試食で「合格！」をいただきました。近日提供いたします！



## ひとてまプロジェクト2020 透析食手作りデザートの日開始

「透析が始まった方に、少しエネルギーアップできる方法をご説明したいです。」

4月より透析室担当になった山下さん。熱心に患者さまのところに訪問しては、食事に関する質問をうかがってきています。お家に戻られても続けられるように・・・と食事療法のワンポイントカードも作成しました。



## 8/26(水) アップルパイ

**POINT**

- ①冷凍パイ生地でエネルギーアップ
- ②りんご缶を使用し、りんごを煮る工程を省きました

同じパイ菓子でもカリウム・リンを含むものがあります

× チョコレート  
× ドライフルーツ  
× 入りのもの  
○ などは注意

～ケーキ類の選び方～

たんぱく質・カリウム・リンが多い

《おすすめ》  
ドーナツ・マドレーヌなど

エネルギー	102kcal
たんぱく質	1.7g
塩分	0.2g
カリウム	23mg
リン	16mg

## ひとてまプロジェクト2020 お盆

「今年のお盆は・・・」とギリギリまで悩んで相談してきた栄養士2年生柴田さん。「精進揚げだとメインが寂しくなるので・・・盛り合わせにしたいです。」毎日、今年一番の気温を更新していますが、調理スタッフも揚げ物頑張りました。お味はいかがだったでしょうか。



## ひとてまプロジェクト2020 夏のスペシャルランチ

夏のスペシャルランチ提供いたしました。現在、献立勉強中の栄養士1年生松本が先輩今村さんに指導を受けながらこの日を迎えました。次回は、3月に独り立ちしてチャレンジします。

本日のお品書き

- 手作り塩パン ホイップバター添え
- チキンのオープン焼き
- 夏野菜の彩サラダ
- コンソメスープ
- クラッシュコーヒーゼリー



## ひとてまプロジェクト2020 土用丑の日

「今年の丑の日は、昨年度のリベンジを果たしたいです」ひとてまプロジェクトリーダーの山下さんから告げられました。昨年、ひとてま隊長高橋院長から「鰻の存在感が少し足りなかった。」のご意見を受けての決意です。味、盛り付けを研究し本日を迎えました。丑の日にちなみで鰻以外に「う」のつく食材を盛り込んだ献立です。



## ひとてまプロジェクト2020 七夕 (ひとてま no.35 2020年7月)

「できるだけたくさんの方に水ようかんを食べていただきたいです」今年から献立を担当している柴田さんに相談されました。納得のいく「ぷるるん」と「甘さ」にまるまでに何度も試作を重ね、ご意見番の高橋院長も2回試食していただいて完成した「七夕水ようかん」です。年に1度の今日のために「水ようかん」には金箔でお化粧を施しました。



## ひとてまプロジェクト2020 夏野菜のキーマカレー (ひとてま no.34 2020年6月)

「カレーの回数を増やしてほしい」ご入院中の患者さまのアンケートでは、希望の多いメニューです。今日は、今夏初「夏野菜のキーマカレー」の日でした。夏野菜を丁寧にグリルして盛り付けにもこだわった1品です。



## ひとてまプロジェクト2020 汁なし坦々麺 (ひとてま no.33 2020年6月)

熊本も梅雨入りし蒸し暑い日が続いていますが、「今までやったことがない麺料理を提供してみたいです。」と栄養士5年生の今村さんから相談されました。

すでに、評判おお店の食べ歩き、自宅で試作も重ねての相談です。ひとてま隊でも5月下旬に試作をした完成品です。本日の昼食の検食は、ひとてま隊隊長の高橋院長。

「院長一押し！」の太鼓判をいただきました。皆さんいかがだったでしょうか。



### 炊き込みご飯の日ははじめました (ひとてま no.32 2020年6月)

少しコロナ感染の影響が落ち着き日常を取り戻しつつありますが。6月になり日中の気温上昇！暑い！こんな時だからこそ少しでも多くの方に「完食！」を目指して欲しい。「ひとてまプロジェクト」では、炊き込みご飯の日をはじめることになりました。



本日のお品書き  
 ひてきごはん  
 牛肉の柳川風  
 冬瓜煮  
 焼きナス  
 花豆腐のすまし汁  
 植米産すいか

### 2020年度新メニュー 天津飯 (ひとてま no.31 2020年5月)

ひとてま隊献立部リーダー山下 考案メニュー「天津飯」です。調理スタッフと試行錯誤して少し甘めのタレをたっぷりかけました。



### 春御膳 (ひとてま no.30 2020年4月)

管理栄養士2年生の柴田です。

4月より献立独り立ちいたしました。初めての担当した行事食は、「筍ごはんの春御膳」です。お吸い物とデザートにお花を添えました。



### 令和初の年越しからお正月 (ひとてま no.29 2020年1月)

「令和初の年越しからお正月を担当させてください」4年生の今村さんが名乗りをあげました。1年生の柴田さんがお手伝いにつきました。酒井君、木佐貴さん、山下さんもサポ

ートして若手栄養士5人で2019年大晦日から七草まで完成しました。



大晦日特食



大晦日一般食



元旦昼おせち



元旦祝い肴



七草



元旦お赤飯