

エイヨ新宿♡議事録

日時 H28. 5.6 (金曜日) 19時30分～21時

会場 ふれあい歯科ごとう

参加者 板垣・清谷・南・波多野・安田

内容

Iすなっく対決について

1. 前回設定

脳梗塞を発症した78歳の奥さんを介護する80歳の夫

愛情(やる気)はあるが、調理は初めて・・・

500円で500kcal → 1円 1kcal そして 1g設定とすると

500gで500kcal

咀嚼障害がある方に500g完食は厳しいかもしれないので、

300g 500kcalを目指す。

2. メニュー試作&試食

ガスを使う料理はやめる方向で・・・

★主食&主菜①

♡感想

おいしい。食べやすい。見た目もgood。野菜が無い。

丼ではなく平皿に盛り付けたが、その方が食べやすいかも・・・

★主食&主菜②

♡感想

意外といける。食べにくさを心配したが大丈夫

皮をむいた胡瓜をピーラーで薄切りにし加えると、美味しいかも・・・

★野菜料理

♡感想

電子レンジテクニックがいる。色々な野菜が入っていて彩りが良く、食欲アップ。

ドレッシングで食べやすさとカロリーアップ

★番外編

『お肉を軟らかくする粉』の試食

鶏肉唐揚げ風・・・確かにまぶした方が柔らかい

しかし、常食レベル

清谷さん作『豚肉とキャベツの煮込み』

千切りキャベツは、歯茎～舌でつぶせるくらい、軟らかくなっている。

豚肉は噛みごたえあり

3. 次回までに

栄養価と価格を計算

便利グッズの調達

主食&主菜のレベルアップ

次回開催 5月20日金曜日 19時30分～ ふれあい歯科ごとうにて