コープぎふの 健康管理食・介護食

試食レポート（・。・）φ　by中川（その②）

★食したもの★

やわらか普通食（１０月２６日）

- ホッケ幽庵焼き
- 付け合せ：きのこソテー
- 揚げナスの肉味噌からめ
- キャベツと若芽のマヨネーズ和え

★調理方法について★

- この献立の調理方法は、湯せんと湯せんなしでした。
- それぞれのパックには、温めの「○」「×」が記載されていましたが、慣れるまでは、見落とす可能性が高いかと思いました。
  同封されている献立用紙の、献立名の消費期限の前の所にでも書いてあると分かりやすいです。

★感想★

- 「やわらか食」とはいえ、食感などに違和感なく美味しくいただきました。

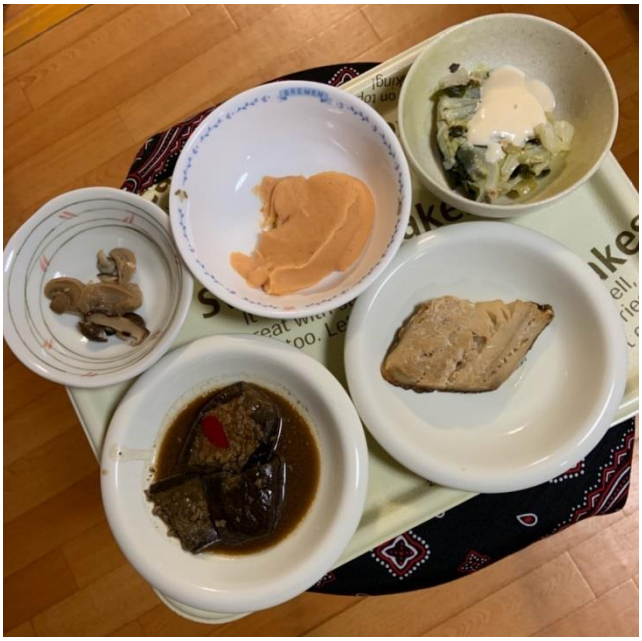
- 味付けもしっかりしていて、ホッケの焼き魚感や揚げナスも湯せん調理とは感じないくらいでした。（レトルト独特の感じが無くて良い）

- 温かいものと、冷たい物を一緒に準備出来ることは良いですね。

夕食　10月26日

やわらか普通食

おかずのみ

	消費期限
ホッケの幽庵焼	11月2日
付合せ:きのこソテー	11月2日
揚げナスの肉味噌からめ	11月1日
キャベツと若芽のマヨネーズ和え	10月29日

温め方法	
○温め可の商品	
湯煎	パックごと鍋に入れ、水から5～10分湯煎します。
電子レンジ	パックから出しお皿に乗せ、ラップをして温めます。 〈 目安 〉 500W 20秒～30秒
×温め不可の商品	
そのままお皿に盛りつけてお召上がり下さい。