



コーンスープ

■1人分 ●エネルギー:119kcal ●たんぱく質:3.4g ●脂質:2.5g ●塩分:1.0g



材料/1人分

クリームコーン缶……………1/2カップ
牛乳……………1/4カップ
塩……………少量
あらびきしょうパセリ(好みで)…各適宜

作り方

①小なべにクリームコーン缶と牛乳を入れて温め、塩で味をととのえて器に盛る。好みにこしょうとパセリをふる。

POINT

- 適度にとろみがあるので、のど越しがよく、いろいろな症状に適応します。エネルギーもコンソメスープと比べると高い料理です。
- においが気になる方は冷やしてお召し上がりください。クリームコーン、じゃが芋、かぼちゃなどいろいろな材料を試してみましょう。

日常生活の注意点

- 1回の食事量を少量にする。
- 本人の好むものを用意する。
- 食べたい時に食べられるように準備しておく。
- ウォーキングなどで気分転換をはかる。

食事・調理の工夫

- アイスクリーム、果物、ゼリーなどさっぱりしたものを加える。
- 味をしっかりつける。
- 汁物やめん類など多用する。
- 主食は、パン、めん、味付けごはんなどさまざまな種類を少量ずつ食べる。
- においを不快に感じる料理は避ける。
- 品数を多くし少量とする。
- 温かいものと冷たいものを同時に食べない。

連絡先(医療機関名)

その他の
レシピは
こちら



<https://oncology-assist.jp/public/>