

作り置きシリーズ 食事療法 腎臓病 低たんぱく質の肉魚おかず

腎臓病の患者さんは、「一日のたんぱく質量を40gにしてください、塩分を6g以下に制限してください」と栄養指導されても、日ごろどのくらいたんぱく質や食塩をとっているか、把握している人はほとんどおらず、食事づくりに苦労しています。

この本を活用すれば、たんぱく質源(肉や魚)を4回分まとめ作りすることで、料理のたびに食材を分量どおりそろえる手間が減り、また、たんぱく質量もコントロールしやすくなり、食事づくりの負担を軽減することができます。

まとめ作りでいいことづくめ!

- まとめ作りで調理の手間が軽減される。
 - 4回分を作るほうが作りやすい。
 - 毎回、肉や魚を計量しなくてよい。
 - たんぱく質のコントロールがしやすい。
- などなど…



肉のまとめ作りとおかず

【鶏もも肉のしょうが漬け】

- ・鶏肉のから揚げ
- ・鶏肉のごまみそ焼き など

【ミートソース】

- ・キャロットのミートソースいため
- ・春菊と長ねぎのミートサラダ など

魚のまとめ作りとおかず

【サケのみりん漬け】

- ・焼きザケ 焼き野菜添え
- ・サケのちゃんちゃん焼き など



料理/みないきぬこ
監修/女子栄養大学栄養クリニック
定価 本体1,400円+税 A5判 128頁
ISBN 978-4-7895-1914-4

新刊注文書	貴店印	申し込み数	腎臓病 低たんぱく質の肉魚おかず
		冊	※POP お送りします。ご希望の場合は✓を付けてください。 → <input type="checkbox"/>
		条件/注文扱い	ISBN978-4-7895-1914-4 定価 本体1,400円+税 女子栄養大学出版部

注文書	申込数	☆好評既刊本☆ 食事療法 作り置きシリーズ
貴店印	冊	クローン病・潰瘍性大腸炎のノンオイル作り置き ISBN978-4-7895-1910-6 定価 本体1,300円+税
	冊	時短カンタン糖尿病ごはん ISBN978-4-7895-1911-3 定価 本体1,300円+税
	冊	作り置きできる減塩おかず ISBN978-4-7895-1912-0 定価 本体1,400円+税

ご注文はこちらまで⇒
女子栄養大学出版部

FAX 03-3918-5591 TEL 03-3918-5411