

## ふねひき福寿荘お食事だより

昨年12月より日清医療食品さんによるシン食事サービスが導入されました

～シン食事サービスの特徴について～

### ☆栄養バランスの強化

- ・少量でもしっかりと栄養が摂れる様、高エネルギー・高たんぱくの食事を提供

### ☆時間栄養学の導入

- ・「何を食べるか」だけではなく『いつ食べるか』にも配慮し、健康維持や生活リズムを整えるサポートを行います
- ・朝食：しっかりタンパク質の朝ごはん（1日のリズムを整え、筋肉量の維持や体温アップにも効果のあるたんぱく質を中心とした高栄養のメニューを提供）
- ・夕食：夜の大豆習慣（1日の疲労回復や快眠に資する栄養を摂取する為に、夜に大豆製品を多く取り入れ、骨密度アップや血栓症予防、善玉菌の増加も期待）

### ☆栄養状況の様子について

- ・ソフト食やミキサー食の栄養も強化されている為、以前に比べて食事から摂れる栄養量もアップ。喫食率もよく体重も増加されております。

### ☆お食事の一部の写真



おでかけランチ  
屋台めし（焼きそば）



洋食屋さんの  
ハンバーグ定食



オムライスランチ