

どけんぽ通信

Vol.3

NEW! 和食の『乳和食』

平成30年3月9日(金曜) 11時00分から
「どけんぽヘルシースタジオ」において
「骨！コツ！あきらめない！骨を強くする方法」
ご存じですか？乳和食をを開催しました。



乳和食のポイントを確認しながら調理



男性スタッフによるデモンストレーション

プログラム風景



ごはんにもひと工夫!なんと乳清入り!?
みなさん驚きです!!



講話も楽しくわかりやすく♪
みなさん積極的

驚異の
満足度!

アンケート結果

- 1 今回のテーマについて理解できたか
よく理解できた 100%
 - 2 管理栄養士の講話や調理実演はどうだったか
・大変満足 100%
 - 3 調理(試食)をしてみて味はどうだったか
・大変満足 90.0% ・満足 10.0%
 - 4 食事は主にどなたが作るか
・自分 100%
 - 5 家庭でも簡単にできると思うか
・そう思う 90.0% ・やや思う 10.0%
 - 6 スタッフの対応はどうだったか
・大変満足 90.0% ・満足 10.0%
- 今後取り上げてほしいテーマ
- ・若手社員が短時間で自炊できるメニュー
 - ・「簡単」かつ「蒸す」レシピ
 - ・野菜を取り入れたスイーツ作り
 - ・血液サラサラメニュー



美味しくできました♪



★メニュー★

乳清入りごはん (写真左下)

さばのミルクみそ煮 (写真中央上)

減塩みそ汁 (写真右下)

自家製カッテージチーズ (写真右上)

