



## かぶとの春巻き

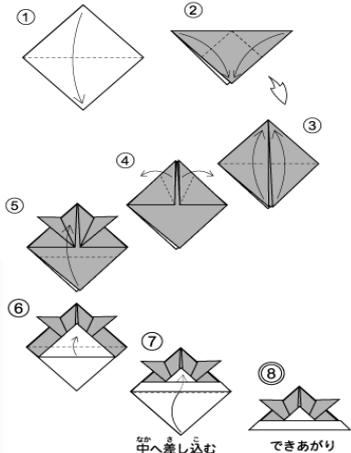
### 【材料】

- 春巻きの皮…10枚
- スライスチーズ…3枚
- ハム…3枚
- 水溶き片栗粉…適量

### 【作り方】

- ① チーズ、ハムは、対角線に包丁を入れ、三角形に4等分しておく
- ② 春巻きの皮で、折り紙のかぶとを折ってゆき、剥がれやすい所は水溶き片栗粉で糊付けする  
(折り方⑦)の時、中へチーズとハムを差込み、それを包むように春巻きの皮を中へ差込み、水溶き片栗粉で糊付けする
- ③ 少なめの油で揚げ焼きにする

### (かぶとの折り方)



## 鯉のぼりいなり寿司

### 【材料】

- 味付けいなりの皮…10枚
- 酢飯…2合
- スライスチーズ…1枚
- のり…少し
- きゅうり…1/2本
- 魚肉ソーセージ…1/2本
- コーン…1/2本

### 【作り方】

- ① きゅうりと魚肉ソーセージはスライスし、半円に切る
- ② スライスチーズは丸切り、のりは目の形に切っておく
- ③ 味付けいなりの皮に酢飯を詰め、写真のように飾り付けする



# 離乳食相談

気になる項目がないかチェック!

- 離乳食の進め方が分からない
- 体重が増えない
- 母乳が足りているか心配
- アレルギーが心配
- 簡単な離乳食のレシピが知りたい

離乳期のお子さんのお食事に関してなんでも  
ご相談ください! **管理栄養士**がお伺いします。

対象: 離乳期の赤ちゃんとそのご家族

料金: **無料 (30分程度)**

詳しくは受付スタッフまでお尋ねください



# 栄養療法



当院では生活習慣や食生活を見直すことで  
病気を予防・改善する栄養療法を行っています。

栄養の過不足は体調不良やさまざまな  
病気の原因となります。耳鼻科の病気では、  
**めまい・耳鳴り・難聴・逆流性食道炎・嚥下機能障害・  
睡眠時無呼吸症候群**などがあります。

健康的な生活をできる限り長く続けるためにも  
日々の食事でも病気を予防・改善することが重要です!

料金: **無料プラン・有料プラン・保険適応あり**  
(病気による)

こんな方におすすめ

- お薬の治療でなかなか良くならない
- 健康診断で引っかかった項目がある
- 長く元気に過ごしたい
- 健康的に減量したい



※ その他にも気になることがあればご相談ください



楓みみはなのどクリニック