

パン粥の作り方 と 利点・ポイント

① サイコロ状
冷凍食パン



② 牛乳200ml加えて
ミキサーにかける



③ 片手鍋に移して
強火にかける



④ ぶつぶつとして
きたらホイッパー
でかき混ぜる



⑤ 中火又は弱火
にする。焦げない
ように、ホイッパー
でかき混ぜる



⑥ 上から落として、
帯状の硬さになる
まで加熱する



器に盛り付ける。



	パン粥	高カロリーパン粥
材料	<ul style="list-style-type: none"> ● 食パン: 50g ● 牛乳: 200cc 【内容量】 200g	<ul style="list-style-type: none"> ● 食パン: 50g ● 牛乳: 200cc ● 卵黄: 1個 【内容量】 200g
栄養価	エネルギー: 266kcal たんぱく質: 11.3g	エネルギー: 336kcal たんぱく質: 14.2g
パン粥の利点	① 牛乳、パン、(卵)を使用しており、栄養バランスや栄養価の高い主食。 ② のど越し、粘らない、嚥下しやすい、主食量としての適量を摂取できる。 ③ 栄養補助食品を使用しているため、カロリーアップ、蛋白質、微量元素の強化ができる。 ④ 色や味の変化をつけられるため、ペースト野菜、ココア、ジャムを利用できる。	