

# 人気料理ランキング

武田病院は、通所型デイケア・復職支援リワーク・らくだを利用する事が出来ます。メンバーの方々は、様々なプログラムに取り組んでいます。ホッとひと息のランチタイム、「今日の献立は何だろう？」と食事を楽しみに通所されるメンバーさんが沢山いらっしゃいます。昼食のみならずナイトケアの方は夕食も召し上がります。

そこで！デイケアと栄養課合同企画としまして人気料理のアンケートを行いました。多数ある献立よりメンバーさんに上位5位を選んで頂きました。

- 👑 1位 カレーライス
- 2位 かつ丼
- 3位 天丼
- 4位 チャーハン
- 5位 鶏の唐揚げ

<6位以下～>

コロッケ  
鶏肉とじゃが芋の唐揚げピリ辛葱ソース  
ハンバーグ  
天ぷら  
タンドリーチキン  
豚カツ  
揚げ出し豆腐  
ピーマン肉詰  
三色丼  
南瓜コロッケ

<その他>

南瓜ヨーグルトサラダ  
杏仁豆腐  
いなり寿司  
あんかけ固焼きそば  
まぐろ揚げ煮  
まめまめサラダ

デイケアとリワークの皆さんにお聞きしました。  
60人ものメンバーさんから回答を頂きました！



鶏肉とじゃが芋の唐揚げピリ辛葱ソース

献立を作る側の栄養士もランキング予想をしましたが、やはりダントツがカレーライスでした。

その他にも書ききれない程の料理名がランキングされました。皆さん、食事を楽しみにして頂いていることが伝わってきます。

デイケアの皆さん、アンケートのご協力有難うございました。

沢山の方にご意見が伺えて栄養課の励みになりました。

コロッケ、いなり寿司を始め当院の食事は手作りを心掛けています。

その中で職員にも大人気「鶏肉とじゃが芋の唐揚げピリ辛葱ソース」

のレシピを紹介します

<4人分>

鶏もも肉400g  
酒 小さじ2  
醤油 小さじ2  
すり生姜ひとかけ  
片栗粉  
じゃが芋3個

【葱ソース】

葱千切り1本  
生姜千切り ひとかけ  
豆板醤 少々  
醤油 大さじ1と1/3  
酢 大さじ2  
砂糖 小さじ4  
ごま油小さじ4



<作り方>

- ①鶏肉を調味料に漬け込み片栗粉をまぶして揚げる
- ②じゃが芋は皮をむいて1/8位に切り素揚げ
- ③葱は縦半分に切り斜め薄切りにする。生姜も短めの千切りにする。調味液を小鍋に入れ少し沸いてくるまで加熱する。調味液が熱いうちに葱・生姜を入れてソースの出来上がり。
- ④鶏の唐揚げ、揚げじゃが芋を盛り付け葱ソースをかけます。茄子やピーマンなど冷蔵庫のストック野菜を素揚げして野菜たっぷりするのも良いですね！

