

# 作りおきシリーズ 食事療法 腎臓病 低たんぱく質の肉魚おかず

腎臓病の患者さんは、「一日のたんぱく質量を40gにしてください、塩分を6g以下に制限してください」と栄養指導されても、日ごろどのくらいたんぱく質や食塩をとっているか、把握している人はほとんどおらず、食事づくりに苦労しています。

この本を活用すれば、たんぱく質源(肉や魚)を4回分まとめ作りすることで、料理のたびに食材を分量どおりそろえる手間が減り、また、たんぱく質量もコントロールしやすくなり、食事づくりの負担を軽減することができます。

まとめ作りでいいことづくめ!

- まとめ作りで調理の手間が軽減される。
- 4回分を作るほうが作りやすい。
- 毎回、肉や魚を計量しなくてよい。
- たんぱく質のコントロールがしやすい。

などなど…



監修/女子栄養大学栄養クリニック  
料理/みないきぬこ  
定価 本体1,400円+税 A5判 128頁  
ISBN 978-4-7895-1914-4

肉のまとめ作りとおかず

【鶏もも肉のしょうが漬け】

- ・鶏肉のから揚げ
- ・鶏肉のごまみそ焼き など

【ミートソース】

- ・キャロットのミートソースいため
- ・春菊と長ねぎのミートサラダ など

魚のまとめ作りとおかず

【サケのみりん漬け】

- ・焼きザケ 焼き野菜添え
- ・サケのちゃんちゃん焼き など



ご注文は一般書店・ネット書店で購入できます。  
FAXでのご注文も可能です。下の欄に必要事項をご記入の上、女子栄養大学出版部までFAXをお送りください。  
【注】女子栄養大学出版部への注文は、書籍代他に、書籍代合計2500円(税込)未満の場合:800円(代引き手数料300円+送料500円)、2500円(税込)以上の場合:300円(代引き手数料)がかかります。

ヤマト運輸コレクトサービス注文書

女子栄養大学出版部 TEL03-3918-5411 FAX03-3918-5591

ISBN	書名	冊数	定価(税込)
9784789519144	腎臓病 低たんぱく質の肉魚おかず	冊	1,540円
関連書籍			
9784789518543	腎臓病 たんぱく質30gの献立集 改訂版	冊	2,090円
9784789518550	腎臓病 たんぱく質40gの献立集 改訂版	冊	2,200円
9784789518567	腎臓病 透析患者さんのための献立集 改訂版	冊	2,200円
送付先	ご住所 〒		時間帯希望
			希望なし
			午前中
			14-16時
			16-18時
ご氏名	電話		18-20時
			19-21時