



H.C.R. 2007

「高齢者の料理のつくり方」 おいしいレシピ

開催日:平成19年10月5日(金)
開催時間:10:30~12:00【午前の部】
13:30~15:00【午後の部】
会場:東京ビッグサイト レセプションホール

講師:田中 範正氏
(知食の会®代表幹事・主宰者)

【午前の部】

渡邊 昌氏

(独)国立健康・栄養研究所理事長/
知食の会®味のコーディネーター

金井 俊氏

(知食の会®調理のコーディネーター/
昭和産業(株)食品開発センター)

【午後の部】

天海 弘氏

(知食の会®味のコーディネーター・調理のコーディネーター/
昭和産業(株)味覚評価室室長)

仲谷 友宏氏

(知食の会®創作・調理のコーディネーター/
ホテルパンフィック東京
フレンチレストランブフドール料理長)

※知食の会®は非営利の任意団体です。「味のコーディネーター」などは、知食の会®が独自に定めている資格です。

司会:後藤 美代子氏 (元NHKアナウンサー)



※本冊子では、1食あたりのカロリーが360kcal前後、塩分が2.2g前後で、味・ボリュームともに満足いただける低カロリーメニューを紹介しています。カロリーを控える必要がある方は材料の分量をお守りください。なお、厳密な「g」単位まで計算する必要のない方につきましては参考分量を提示しておりますのでご参考にしてください。

※本冊子でいう「1kcal」は、14.5℃の水を15.5℃に上げる時に必要な熱量を表す15度カロリーで計算しています。 ※本冊子の無断使用・無断コピー、無断印刷を禁じます。