

腫瘤餐點 DIY 教作食譜紀錄單

◎地點：地下 2 樓放射腫瘤科門診區

◎餐點示範人員：李姿萱 營養師、5 位營養室實習生

◎日期：2019 年 07 月 22 日

◎品項：馬愛甲健康(焗烤馬鈴薯)暨癌症的健康蔬食

◎份量：30 人份

材料：馬鈴薯、紅蘿蔔、玉米粒、青椒、蘑菇、乳酪絲、番茄醬

作法：1. 馬鈴薯、蘑菇切片，紅蘿蔔、青椒切丁，將上述食材(含玉米)燙熟備用。

2. 將番茄醬抹至馬鈴薯上，並均勻鋪上所有備用的食材、灑上乳酪絲。

3. 放置烤箱待乳酪絲融化後即可。

癌症病友營養餐點教學活動照片

