

# 體貼您的五臟廟

文／臨床營養科 楊美都 主任、林國誠 代組長

每到用餐時間，位於第二醫療大樓一樓的餐廳總是高朋滿座，

人一多，難免顧此失彼，前些日

子，就有同仁對餐廳的供膳方式提出建議，我們除

虛心檢討，也正挖空心思，竭盡所能的讓大家在平價的預算下，不但吃得飽又吃得巧，還能吃得健康，吃得安全。

位於第二醫療大樓一樓優美舒適的用餐環境

餐廳的主要服務對象除了醫院員工，就是門診病患和訪客，因此有別於一般餐廳經營，現場管理人員以專業營養師為主，「沒有衛生安全的製程就沒有美味餐點」是我們的首要信念，除了加強硬體設施及人員訓練以外，在食材採購方面，只挑選優良的供貨商，要求簽約保證品質，在驗貨時嚴格把關，避免劣質食材魚目混珠。

很多同仁因為開刀或工作而延遲用餐，餐廳除供應午、晚餐等正餐外，特別將營業時間延長至晚上九點，希望大家在忙碌一天之後，即使錯過用餐時間，仍能吃到熱騰騰的餐飲。餐點多元化，不僅有葷素套餐可供選擇，對於喜歡麵食的同仁，餐廳供應多種麵點；同仁假使想要減重，別忘了我們也有「低卡套餐」及「藥膳湯品」。

為方便員工和家人分享健康美食，餐廳今年一月首度推出養生健康年菜的外帶服務，年菜製作完成後，在冷凍封存於 -18°C 中，食用前，只需依照年菜檢附的解凍及復熱說



將在端午節推出的天麻養生粽

明操作，即可在一小時內端上桌，這項服務獲得高度肯定，在大家的鼓勵下，我們信心大增，科內同仁討論後，決定排除困難，將在端午節前推出「天麻養生粽」，食材顛覆傳統，選用白米、燕麥及薏仁取代傳統的糯米，並添加可行腦開鞘，改善頭痛暈眩和血液循環，預防老年癡呆的天麻、百果等中藥材。

創新的「天麻養生粽」很值得期待，獨樂樂不如眾樂樂，屆時除了本院員工以外，也歡迎大學部的師生、工作同仁和病患訂購，讓這種不一樣的味覺體驗擴大推廣出去。

當然，養生粽只是我們全套生機養生飲食計畫的一環而已。近年來，國人飲食模式普遍偏向高油脂、高蛋白和高醣類，癌症、糖尿病、心血管疾病等慢性疾病逐漸侵蝕國人健康，本科積極籌劃中的生機養生飲食，就是經由有機蔬菜和檢驗合格的肉品等食材，讓平日飲食攝取過量肉類的同仁，能在中午「均衡」一下。

目前礙於場地限制，常有院內員工及訪客進了餐廳，卻因找不到座位，只好餓著肚子悵然離開，對於這種情形，我們很抱歉，希望未來能將餐廳往樂園方向延伸，不止增加空間，顧客們也可以在用餐時將樂園綠意盡收眼底，讓味覺之美與視覺之美融合為一。

我們的餐廳並非以營利為目的，價格平實，不過鑑於部分病患和家屬屢屢建議餐廳供應較考究的餐點和較精緻的藥膳，所以未來也計劃推出精緻養生套餐，滿足大家的選擇權。

員工餐廳是屬於全院同仁的餐廳，她需要大家的關愛、滋潤，才能成長茁壯。本院同仁有任何寶貴意見，請隨時來電2421或2423，臨床營養科全體同仁一定虛心檢討改進，經由大家的關心，我們會用心讓您安心。若需要與營養科主任對話，請mail：[y5218@www.cmuh.org.tw](mailto:y5218@www.cmuh.org.tw)。祝福大家！感恩予你。



營養科同仁推出天麻養生粽