

社会医療法人財団 石心会
川崎幸病院



MENU

(嚥下調整食コード3相当)

- おかゆ(全粥) 150g (約107kcal)
- ビーフシチュー 190g (約240kcal)
- ブロッコリーとトマトのサラダ 51g (約64kcal)
- チョコバナナプリン 93g (約77kcal)
- 明治メイバランスMiniカップ 白桃ヨーグルト味 125mL (200kcal)

1食あたり エネルギー: 約688kcal
たんぱく質: 約19g

基本データ

【対象者】 摂食・嚥下機能が低下した方

・対象者数: 12名(2020年2月平均)

・主な基礎疾患: 脳血管疾患、誤嚥性肺炎、慢性腎不全、慢性心不全、食道癌

◆たんぱく質、食物繊維、ビタミン、ミネラルが不足しやすいため、
栄養補助食品で補充

・不足分の
栄養の
補充方法:

➡ 栄養補助食品は嚥下機能に合わせて選択

- ①メイバランスMiniカップ
- ②メイバランスMiniカップ+とろみ調整食品
- ③ゼリー状栄養補助食品

※水分制限が必要な方(腎不全や心不全等)は、水やお茶の摂取を服薬時だけとし、メイバランスMiniカップから水分を摂取

	常食	ソフト食	ソフト食+メイバランス*
エネルギー (kcal)	684	488	688
たんぱく質 (g)	24	11	18.5
脂質 (g)	22	19	24.6
炭水化物 (g)	96	72	103.7
水分 (g)	494	412	505.8
食塩相当量 (g)	1.9	2.1	2.38
食物繊維 (g)	5	9	11.5
鉄 (mg)	3	5	6.5
カルシウム (mg)	53	219	339
ビタミンA (μg)	64	160	280
ビタミンD (μg)	0.6	0.1	1.1
ビタミンC (mg)	57	11	43

1食当りの栄養価の比較(主食を全粥150gとした場合)

*:メイバランスMiniカップヨーグルトテイスト 太字:常食の200%以上

Point! 栄養補助食品を活用することで、ソフト食でも常食と変わらない栄養を

- 盛付け** ソフト食用の冷凍食材も活用しながら**家庭的な献立**を心がけている。
ソフト食でも食事を楽しんでもらうために**1食が5色以上**となるように食材の組み合わせを工夫している。
- 献立** ソフト食は食感が均一だからこそ、**味と温度**にメリハリをつけている。とくに**味付けの濃い食事や冷たい食事は、嚥下反射を誘発しやすい**ことから、メニューの中に必ず1品は加えている。
- 物性** 使用する冷凍食材や栄養補助食品は、摂食・嚥下障害看護認定看護師や言語聴覚士とともに**味や舌触り、付着性等**を評価し、選択した。とくに**たんぱく源には舌触りの良いもの**を使用している。
- 補助食品** 明治メイバランスMiniカップは**味のバリエーションの豊富さ**もあり、よく使用している。また、患者さんからも**退院後も手軽に購入できる**こと等から、ご家庭での食事に取り入れやすいと好評いただいている。

ヒトコ
コメント

ご家庭にいる時と同様に食事を楽しんでいただきながら
食欲を増進させ、無理なく栄養状態を改善できるように
取り組んでいます。

栄養科
田内直恵 管理栄養士

