栄　養　基　準　量

	食種		熱量(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)	摘要
一般食	常食	A	2300	85	62	360	7	男　12～49才
		B	2000	75	58	310	7	男　50～69才　女　12～17才
		C	1700	70	55	250	7	女　18～49才
		D	1600	70	55	220	7	女　50～69才
	学　童　食		1800	70	55	260	7	男女　8～11才
	幼　児　食		1300	55	40	195	7	男女　1～7才
	産　褥　食		2050	75	60	320	7	
	軟菜食	A	2300	85	60	370	7	男　12～49才
		B	2000	75	54	310	7	男　50～69才　女　12～17才
		C	1700	70	55	250	7	男　70才～
		D	1600	70	55	220	7	女　70才～

	食種		熱量(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)	K(調理後mg)	P(調理後mg)
特別食	腎　炎　食	Ⅰ	1550	30	35	280	6	1800(1260)	
		Ⅱ	1650	40	40	290	6	2000(1400)	
		Ⅲ	1800	50	45	310	6	2150(1510)	
	小児腎炎食（4～8才）	Ⅰ	1450	30	40	250	6		
		Ⅱ	1550	40	45	250	6		
		Ⅲ	1700	50	50	260	6		
	ネフローゼ食	Ⅱ	1700	50	45	290	6		
		Ⅲ	1900	60	50	300	6		
	小児ネフローゼ食（4～8才）	Ⅱ	1550	50	45	250	6		
		Ⅲ	1650	55	50	250	6		
	Ｈ Ｄ 食	Ⅰ	1600	60	50	230	6	2000(1400)	750(600)
		Ⅱ	1900	70	60	290	6	2000(1600)	890(740)
	CAPD食	Ⅰ	1300	60	45	170	6		
		Ⅱ	1550	65	45	225	6		
	減塩1500	4g	1500	65	50	190	4		
		6g	1500	65	0	190	6		
	減塩1700	4g	1700	70	50	250	4		
		6g	1700	70	50	250	6		
	妊娠高血圧症		1850	70	40	310	6		
	膵臓・脂質異常症		1700	65	30	310	6		
	糖 尿 病 食	1200	1200	50	40	165	7		
		1400	1400	55	45	195	7		
		1600	1600	65	50	220	7		
		1800	1800	70	50	260	7		
	糖尿病性腎症	14p40	1400	40	35	230	6		
		16p50	1600	50	40	260	6		
	肝　臓　食	普通	2000	70	55	310	7		
		Ⅱ	1650	50	35	300	6		
	脂肪制限(胆石・胆のう)		1700	65	30	310	7		
	潰　瘍　食		1800	75	40	300	7		
	貧血食		1900	75	60	290	7	鉄18mg	
	痛風食	Ⅰ	1550	60	40	250	6		
		Ⅱ	1800	60	40	300	6		
	低 繊 維 食		1900	65	35	340	7	副食：繊維8g	
	低繊維(潰大)		1900	70	40	300	7	副食：繊維8g	
	分　粥　食	3分	1100	55	45	145	7		
		5分	1250	55	45	175	7		
		7分	1400	60	45	200	7		
	やわらか食		1600	60	45	240	7		
	術後食	3分	750	30	25	100	6		
		5分	950	35	30	145	6		
		7分	1050	40	30	165	6		
		全粥	1450	70	40	200	6		
		米飯	1650	70	40	250	6		
	離乳食前期(4～5ヶ月)		40	1	0.5	10	1		
	離乳食中期(6～8ヶ月)		300	15	10	45	6		
	離乳食後期(9～12ヶ月)		600	25	15	90	6		

嚥 下 調 整 食

食種	嚥下開始食 1個60～70g程度 （エンゲリード29g）	嚥下調整食Ⅰ 1品あたり 約80～100kcal お粥ｾﾞﾘｰ30kcal	嚥下調整食Ⅱ 菜葉類　約10kcal 芋類　　約50kcal	嚥下調整食Ⅲ 1食あたり 約330～350kcal
学会分類 2013 （コード）	**0 j**	**1 j**	**2・1**	**2・2**
形態	＜果汁ゼリー＞ スライス状にすくうことが可能で、均質で付着性・凝集性・硬さに配慮したゼリー	＜固形食品＞ 均質で、付着性・凝集性・硬さ、離水に配慮したゼリー、プリン・ムース状の物	＜ペースト類＞ ピューレ・ペースト・ミキサー食など均質でべたつかず、まとまりやすい物	＜粗ミキサー類＞ ピューレ・ペースト・ミキサー食などでべたつかず、まとまりやすいもので不均質な物も含む
内容写真	 	 	 	
実際に付ける食品	エンゲリード （病棟での嚥下訓練に使用） ｷｯｾｲのﾌﾙｰﾂｾﾞﾘｰ A［みかん ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ 巨峰 りんご］ 手作りゼリー ［ｿﾌﾃｨｱｹﾞﾙ使用 みそｽｰﾌﾟｾﾞﾘｰ 清し汁ｾﾞﾘｰ ｺﾝｿﾒｾﾞﾘｰ ｼﾞｭｰｽｾﾞﾘｰ お茶ｾﾞﾘｰ］ など	プリン 元気ヨーグルト ｷｯｾｲのﾌﾙｰﾂｾﾞﾘｰ （A参照） ｻﾎﾟｰﾄｾﾞﾘｰ ﾊｳｽのﾏｽｶｯﾄｾﾞﾘｰ ふんわりﾑｰｽ白身魚 茶わん蒸しカツオ風味 ﾋﾞｰﾌｼﾁｭｰ風味ｾﾞﾘｰ ｴﾈｶｯﾌﾟｾﾞﾘｰｶﾚｰ味 手作り粥ｾﾞﾘｰ70g 手作りｾﾞﾘｰ70g （ｿﾌﾃｨｱｹﾞﾙ使用） ［すべて粒なし 寒天禁］	やわらか食の ペースト50g （肉類魚類禁） ［訓練食のため、 ざらつきの残る 肉・魚は使用 していない］ ｱｯﾌﾟﾙすりおろし50g ［ﾋﾟｰﾁｸﾗｯｼｭ ﾊﾟｲﾝすりおろし禁］ ※1回に3品の時は 1品は粥のペースト がつく	朝：粗ミキサー粥 （250g） うめびしお 嚥下調整食Ⅰ 嚥下調整食Ⅱ 昼：粗ミキサー粥 （250g） たいみそ 嚥下調整食Ⅰ 嚥下調整食Ⅱ ﾊﾟｲﾝすりおろしか ﾋﾟｰﾁｸﾗｯｼｭ 夕：粗ミキサー粥 （250g） のり佃煮 嚥下調整食Ⅰ 嚥下調整食Ⅱ

＜とろみの段階＞

とろみの段階の病院名称	作り方	性状
薄とろみ	水330ccにソフティアSを１袋	・ストローで容易に吸うことができる ・フォークの歯の間から素早く流れ落ちる
中とろみ	水１８０ccにソフティアSを１袋	・ストローで吸うのは抵抗がある ・フォークの歯の間からゆっくりと流れ落ちる
濃とろみ	水１１０ccにソフティアSを１袋	・スプーンで「eat」するという表現が適切なとろみ程度 ・フォークの歯の間から流れ出ない

＊ソフティアS１袋は３ｇです。

＜VE用　嚥下評価セット１、２＞

1．とろみ水とゼリーのセット

①とろみ水３段階(ブルーハワイ)

②開始食ゼリー(色付き)

2．いろいろセット

①～③とろみ水３段階(ブルーハワイ)

④開始食ゼリー(色付き)

⑤嚥下調整食Ⅰ　ふんわりﾑｰｽ白身魚

⑥嚥下調整食Ⅱ　ミキサー１品

⑦嚥下調整食Ⅲ　荒ミキサー全粥1/4量

⑧全粥　1/4量

⑨軟飯　1/4量

⑩卵豆腐

⑪やわらか食のおかず１品　1/2量

⑫具入り汁もの1/2量(やわらか食・とろみなし)