

食 事 箋 基 準

(令和4年4月改定)

山梨県立北病院

目 次

I	一般食栄養基準	1
	普通食	2
	おかゆ食	3
	うすがゆ食（七分）	4
	うすがゆ食（五分）	5
	うすがゆ食（三分）	6
	流動食	7
	経口ミキサー食	8
	ゼリー食	9
II	特別食栄養基準	10
	糖尿食（15単位 1200kcal）	11
	糖尿食（18単位 1440kcal）	12
	糖尿食（20単位 1600kcal）	13
	糖尿食（23単位 1840kcal）	14
	低カロリー一食（800kcal）	15
	低カロリー一食（880kcal）	16
	低カロリー一食（1040kcal）	17
	低カロリー一食（2000kcal）	18
	脂質異常症食	19
	膵臓食	20
	肝臓食	21
	高血圧食	22
	心臓食	23
	腎臓食	24
	貧血食	25
	潰瘍食	26
	痛風食	27
	低残渣食	28
	潜血食	29
	濃厚流動食	30
	無菌食	31
III	コメントの対応について	33

I 一般食

一般食栄養基準

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
普 通 食	1,700~1,800	60~70	45~55	240~290
お か ゆ 食	1,600~1,700	60~70	40~45	220~270
うすがゆ食(七分)	1,400~1,500	60~70	35~40	180~220
うすがゆ食(五分)	1,250~1,350	60~65	35~40	150~190
うすがゆ食(三分)	1,000~1,100	45~50	35~40	110~140
流 動 食	900~1,000	35~40	25~30	110~140
経口ミキサー食	1,300~1,400	60~65	35~40	170~200
ゼリ一食	1,300~1,400	60~65	35~40	170~200

普通食の変化

(超大盛)	2,200~2,300	70~80	45~55	340~390
(大盛)	1,950~2,050	65~75	45~55	290~340
(並盛り)	1,700~1,800	60~70	45~55	240~290
(小盛)	1,450~1,550	55~65	45~55	190~240
(超小盛)	1,200~1,300	50~60	45~55	140~190

※超大盛以上が必要な身長190cm以上や運動量が多い人の場合は、コメントの高カロリー食でアップしていく。少ない場合はコメントでハーフ食にしたり、低カロリー食で対応する。

普 通 食

エネルギー	1,700~1,800kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	45~55g	糖 質	240~290g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
飯	510	857	12.8	1.5	189.2
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
獣 鶏 肉 類	60	145	10.9	13.9	0.1
卵 類	40	65	4.9	4.5	0
豆・大豆製品	30	49	4.2	2.9	2.2
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	30	25	0.4	0	7.2
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2
種 実 類	0.7	4	0.1	0.4	0.2
味 噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂 糖 類	10	40	0	0	7.5
油 脂 類	12	101	0.1	11.4	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
海 藻 類	2	—	0.1	0	0.9
合 計		1,765	63.8	45.9	274.9

お か ゆ 食

エネルギー	1,600~1,700kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	40~45g	糖 質	220~270g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
全 粥	990	703	10.9	1.0	155.4
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
鶏 肉	60	106	11.6	5.8	1.2
卵 類	50	78	6.4	5.6	0
豆・大豆製品	100	97	8.7	6.4	2.9
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	50	42	0.7	0.1	12.0
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2
種 実 類	0.7	4	0.1	0.4	0.2
味 噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂 糖 類	20	77	0	0	14.9
油 脂 類	10	84	0.1	9.5	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
合 計		1,670	68.8	40.1	252.7

うすがゆ食（七分）

エネルギー	1,400~1,500kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	35~40g	糖 質	180~220g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
七 分 粥	990	502	7.8	0.7	111.0
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
鶏 肉	60	106	11.6	5.8	1.2
卵 類	50	78	6.4	5.6	0
豆・大豆製品	100	97	8.7	6.4	2.9
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	50	42	0.7	0.1	12.0
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2
味 噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂 糖 類	20	77	0	0	14.9
油 脂 類	10	84	0.1	9.5	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
合 計		1,465	65.6	39.4	208.1

うすがゆ食（五分）

エネルギー	1,250~1,350kcal	たんぱく質	60~65g
脂 質	35~40g	糖 質	150~190g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
五 分 粥	990	352	5.5	0.5	77.8
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
鶏 肉	60	106	11.6	5.8	1.2
卵 類	50	78	6.4	5.6	0
豆・大豆製品	100	97	8.7	6.4	2.9
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	50	42	0.7	0.1	12.0
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2
味 噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂 糖 類	20	77	0	0	14.9
油 脂 類	10	84	0.1	9.5	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
合 計		1,315	63.3	39.2	174.9

うすがゆ食（三分）

エネルギー	1,000~1,100kcal	たんぱく質	45~50g
脂質	35~40g	糖質	110~140g

食品構成

成分 食品名	数量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
三分粥	990	176	2.8	0.2	38.8
小麦粉	10	37	0.8	0.2	7.6
魚（白身）	60	81	10.0	4.1	0
卵類	50	78	6.4	5.6	0
豆腐	100	86	7.8	5.0	2.1
緑黄色野菜	100	31	2.1	0.1	9.6
その他の野菜	150	39	2.0	0.2	7.2
いも類	50	42	0.7	0.1	12.0
果実類	60	41	0.4	0.1	10.1
味噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂糖類	20	77	0	0	14.9
油脂類	10	84	0.1	9.5	0
牛乳・乳製品	200	134	6.6	7.6	9.6
ヨーグルト	80	64	2.8	1.2	10.4
合計		1,030	46.0	36.0	129.2

流 動 食

エネルギー	900~1,000kcal	たんぱく質	35~40g
脂 質	25~30g	糖 質	110~140g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
重 湯	300	63	0.9	0	14.1
シ ョ ア	125	70	4.0	0.1	13.4
片 栗 粉	5	17	0	0	4.1
果 汁	250	112	1.0	0	27.0
味 噌	12	23	1.5	0.7	2.6
濃厚流動食	125	200	8.2	5.3	29.5
牛 乳	400	268	13.2	15.2	19.2
ポタージュスープ(粉末)	52	200	10.6	7.2	22.4
合 計		953	39.4	28.5	132.3

経口ミキサー食

エネルギー	1,300~1,400kcal	たんぱく質	60~65g
脂 質	35~40g	糖 質	170~200g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
七 分 が ゆ	900	456	7.1	0.6	100.9
小 麦 粉	10	37	0.8	0.2	7.6
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
鶏 肉	60	106	11.6	5.8	1.2
卵 類	50	78	6.4	5.6	0
豆・大豆製品	100	97	8.7	6.4	2.9
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	50	42	0.7	0.1	12.0
果 汁	200	88	0.4	0.2	23.4
味 噌	15	25	2.1	0.7	3.0
砂 糖	10	38	0	0	9.9
油 脂 類	5	42	0.1	5.0	0
牛乳・乳製品	200	118	5.8	6.4	9.0
合 計		1,346	64.7	37.3	194

希望によりとろみをつける

ゼリー食

エネルギー	1,300~1,400kcal	たんぱく質	60~65g
脂質	35~40g	糖質	170~200g

食品構成

成分 食品名	数量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
七分がゆ	900	456	7.1	0.6	100.9
小麦粉	10	37	0.8	0.2	7.6
魚介類	80	120	15.2	5.9	0.2
鶏肉	60	106	11.6	5.8	1.2
卵類	50	78	6.4	5.6	0
豆・大豆製品	100	97	8.7	6.4	2.9
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
いも類	50	42	0.7	0.1	12.0
果汁	200	88	0.4	0.2	23.4
味噌	15	25	2.1	0.7	3.0
砂糖	10	38	0	0	9.9
油脂類	5	42	0.1	5.0	0
牛乳・乳製品	200	118	5.8	6.4	9.0
合計		1,346	64.7	37.3	194

ミキサーで粉碎した物をゲル化剤で固めたもの

日本摂食嚥下リハビリテーション学会の嚥下調整食分類 2013 で 1J に相当する

II 特別食

特 別 食 栄 養 基 準

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)	備考
糖尿食 (15 単位 1200kcal)	1, 200	45~50	25~35	180~190	糖尿病食品交換表による
糖尿食 (18 単位 1440kcal)	1, 440	55~65	30~40	210~230	〃
糖尿食 (20 単位 1600kcal)	1, 600	65~75	35~45	230~250	〃
糖尿食 (23 単位 1840kcal)	1, 840	75~80	45~50	265~285	〃
低カロリー一食 (800kcal)	800	30~40	15~20	115~135	〃
低カロリー一食 (880kcal)	880	30~40	20~30	115~135	〃
低カロリー一食 (1040kcal)	1, 040	40~50	25~35	145~165	〃
低カロリー一食 (2000kcal)	2, 000	80~90	45~55	285~305	〃
脂質異常症食	1, 750	60~70	40~50	240~290	コレステロール 200mg 以下
膵臓食	1, 750	60~65	30~35	250~300	
肝臓食	1, 750	60~70	35~40	270~320	
高血圧食	1, 800	60~70	45~55	250~300	塩分 6g 未満
心臓食	1, 800	60~70	45~55	250~300	塩分 6g 未満
腎臓食	1, 800	40~45	45~55	270~320	塩分 6g 未満
貧血食	1, 800	60~70	45~55	250~300	鉄分 12mg 以上
潰瘍食	1, 600	65~70	40~45	200~250	
痛風食	1, 700	60~70	45~50	250~300	
低残渣食	1, 500	60~65	25~35	200~240	
潜血食	1, 800	60~70	25~35	290~310	
濃厚流動食	1, 200	45~50	30~35	150~200	
無菌食	1, 750	60~70	45~55	240~290	

糖尿食（15 単位 1200kcal）

エネルギー	1, 200kcal	たんぱく質	45~50g
脂 質	25~35g	糖 質	180~190g

1 単位 80kcal

群	表	単位	食 品 名	数 量 (g)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
I	1	7	穀 類 い も 豆 (大豆を除く)	めし 350	14	0	126
	2	1	果 実 類	150	1	0	19
II	3	この 中か ら 2.5	魚 介 類	60	20	12.5	2.5
			肉 類	40			
			卵・チーズ	50			
			大豆とその製品	60			
	4	1.5	牛乳・乳製品	180	6	6	10.5
III	5	1	油 脂 類	10	0	9	0
IV	6	1.2	野 菜 類 (きのこ・海藻)	350	4.8	1.2	16.8
調味料		0.8	調 味 料 (味噌・砂糖等)	26	2.4	1.6	9.6
合 計		15			48.2	30.3	184.4

備考 日本糖尿病学会食品交換表に準ずる

糖尿食（18単位 1440kcal）

エネルギー	1, 440kcal	たんぱく質	55～65g
脂質	30～40g	糖質	210～230g

1単位 80kcal

群	表	単位	食品名	数量 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
I	1	9	穀類 いも 豆(大豆を除く)	めし 450	18	0	162
	2	1	果実類	150	1	0	19
II	3	この 中 か ら 3.5	魚介類	60	28	17.5	3.5
			肉類	40			
			卵・チーズ	50			
			大豆とその製品	60			
	4	1.5	牛乳・乳製品	180	6	6	10.5
III	5	1	油脂類	10	0	9	0
IV	6	1.2	野菜類 (きのこ・海藻)	350	4.8	1.2	16.8
調味料		0.8	調味料 (味噌・砂糖等)	26	2.4	1.6	9.6
合計		18			60.2	35.3	221.4

備考 日本糖尿病学会食品交換表に準ずる

糖尿食（20 単位 1600kcal）

エネルギー	1, 600kcal	たんぱく質	65~75g
脂 質	35~45g	糖 質	230~250g

1 単位 80kcal

群	表	単位	食 品 名	数 量 (g)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
I	1	10	穀 類 い も 豆 (大豆を除く)	めし 500	20	0	180
	2	1	果 実 類	150	1	0	19
II	3	こ の 中 か ら 4.5	魚 介 類	60	36	22.5	4.5
			肉 類	40			
			卵・チーズ	50			
			大豆とその製品	60			
	4	1.5	牛乳・乳製品	180	6	6	10.5
III	5	1	油 脂 類	10	0	9	0
IV	6	1.2	野 菜 類 (きのこ・海藻)	350	4.8	1.2	16.8
調味料		0.8	調 味 料 (味噌・砂糖等)	26	2.4	1.6	9.6
合 計		20			70.2	40.3	240.4

備考 日本糖尿病学会食品交換表に準ずる

糖尿食（23単位 1840kcal）

エネルギー	1, 840kcal	たんぱく質	75～80g
脂質	45～50g	糖質	265～285g

1単位 80kcal

群	表	単位	食品名	数量 (g)	たんぱく 質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
I	1	12	穀類 いも 豆(大豆を除く)	めし 600	24	0	216
	2	1	果実類	150	1	0	19
II	3	この 中 か ら 5	魚介類	60	40	25	5
			肉類	40			
			卵・チーズ	50			
			大豆とその製品	60			
	4	1.5	牛乳・乳製品	180	6	6	10.5
III	5	1.5	油脂類	20	0	13.5	0
IV	6	1.2	野菜類 (きのこ・海藻)	350	4.8	1.2	16.8
調味料		0.8	調味料 (味噌・砂糖等)	26	2.4	1.6	9.6
合計		23			78.2	47.3	276.9

備考 日本糖尿病学会食品交換表に準ずる

低カロリー一食（800kcal）

エネルギー	800kcal	たんぱく質	30～40g
脂質	15～20g	糖質	115～135g

1単位 80kcal

群	表	単位	食品名	数量 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
I	1	5	穀類 いも 豆(大豆を除く)	めし 250	10	0	90
	2	0.5	果実類	75	0.5	0	9.5
II	3	この 中 か ら 2	魚介類	60	16	10	2
			肉類	40			
			卵・チーズ	50			
			大豆とその製品	60			
	4	0.5	牛乳・乳製品	60	2	2	3.5
III	5	0.5	油脂類	5	0	4.5	0
IV	6	1	野菜類 (きのこ・海藻)	300	4	1	14
調味料		0.5	調味料 (味噌・砂糖等)	16	1.5	1	6
合計		10			34	18.5	125

備考 日本糖尿病学会食品交換表に準ずる

低カロリー一食（880kcal）

エネルギー	880kcal	たんぱく質	30～40g
脂質	20～30g	糖質	115～135g

1単位 80kcal

群	表	単位	食品名	数量 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
I	1	5	穀類 いも 豆(大豆を除く)	めし 250	10	0	90
	2	0.5	果実類	75	0.5	0	9.5
II	3	この 中 か ら 2	魚介類	60	16	10	2
			肉類	40			
			卵・チーズ	50			
			大豆とその製品	60			
	4	1	牛乳・乳製品	60	4	4	7
III	5	1	油脂類	10	0	9	0
IV	6	1	野菜類 (きのこ・海藻)	300	4	1	14
調味料		0.5	調味料 (味噌・砂糖等)	16	1.5	1	6
合計		11			36	25	128.5

備考 日本糖尿病学会食品交換表に準ずる

低カロリー一食（1040kcal）

エネルギー	1,040kcal	たんぱく質	40~50g
脂質	25~35g	糖質	145~165g

1単位 80kcal

群	表	単位	食品名	数量 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
I	1	6	穀類 いも 豆(大豆を除く)	めし 300	12	0	108
	2	0.5	果実類	75	0.5	0	9.5
II	3	この 中 か ら 2.5	魚介類	60	20	12.5	2.5
			肉類	40			
			卵・チーズ	50			
			大豆とその製品	60			
	4	1	牛乳・乳製品	120	4	4	7
III	5	1	油脂類	10	0	9	0
IV	6	1.2	野菜類 (きのこ・海藻)	350	4.8	1.2	16.8
調味料		0.8	調味料 (味噌・砂糖等)	26	2.4	1.6	9.6
合計		13			43.7	28.3	153.4

備考 日本糖尿病学会食品交換表に準ずる

低カロリー一食（2000kcal）

エネルギー	2,000kcal	たんぱく質	80~90g
脂質	45~55g	糖質	285~305g

1単位 80kcal

群	表	単位	食品名	数量 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
I	1	13	穀類 いも 豆(大豆を除く)	めし 650	26	0	234
	2	1	果実類	150	1	0	19
II	3	この 中 か ら 6	魚介類	60	48	30	6
			肉類	40			
			卵・チーズ	50			
			大豆とその製品	60			
	4	1.5	牛乳・乳製品	180	6	6	10.5
III	5	1.5	油脂類	15	0	13.5	0
IV	6	1.2	野菜類 (きのこ・海藻)	350	4.8	1.2	16.8
調味料		0.8	調味料 (味噌・砂糖等)	26	2.4	1.6	9.6
合計		25			88.2	52.3	295.9

備考 日本糖尿病学会食品交換表に準ずる

脂 質 異 常 症 食

エネルギー	1,700~1,800kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	40~50g	糖 質	240~290g
		コレステロール	200mg以下

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)	コレステロール (mg)
米 飯	510	857	12.8	1.5	189.2	
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9	
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2	72.0
獣 鶏 肉 類	60	145	10.9	13.9	0.1	45.2
卵 類	10	16	1.2	1.1	0	42.0
豆・大豆製品	100	97	8.7	6.4	2.9	
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4	
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6	
い も 類	50	42	0.7	0.1	12.0	
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2	
味 噌	29	60	3.5	2.1	6.9	
砂 糖 類	10	40	0	0	7.5	
油 脂 類	12	101	0.1	11.4	0	
ヨーグルト	80	64	2.8	1.2	10.4	3.2
海 藻 類	2	—	0.4	0	1.0	
合 計		1,775	64.5	44.5	285.1	162.4

膳 食 臓 食

エネルギー	1,700~1,800kcal	たんぱく質	60~65g
脂 質	30~35g	糖 質	250~300g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
米 飯	510	857	12.8	1.5	189.2
小 麦 粉	20	74	1.6	0.3	15.2
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
鶏 肉	60	106	11.6	5.8	1.2
卵 類	50	78	6.4	5.6	0
豆・大豆製品	80	42	3.8	2.4	1.3
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	50	42	0.7	0.1	12.0
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2
味 噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂 糖 類	20	74	0	0	18.5
油 脂 類	10	84	0.1	9.5	0
ヨーグルト	80	54	3.4	0.2	9.5
海 藻 類	2	—	0.1	0	0.9
合 計		1,732	65.4	33.5	290.1

脂肪制限のため揚げ物は禁とし、肉類は鶏肉又は牛や豚の赤身（脂身は取り除いたもの）を使用する。乳製品も脱脂加糖のヨーグルトを基本とする。

肝 臓 食

エネルギー	1,700~1,800kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	35~40g	糖 質	270~320g
塩分制限	必要に応じて6g未満		

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
米 飯	510	857	12.8	1.5	189.2
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
獣 鶏 肉 類	60	99	13.1	5.1	0.1
卵 類	50	78	6.4	5.2	0
豆・大豆製品	30	49	4.2	2.9	2.2
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	50	42	0.7	0.1	12.0
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2
味 噌	15	31	1.8	1.1	3.6
砂 糖 類	10	40	0	0	7.5
油 (バター)	12	101	0.1	11.4	—
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
海 藻 類	2	—	0.1	0	0.9
合 計		1,720	66.1	36.9	274.9

高 血 圧 食

エネルギー	1,750~1,850kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	45~55g	糖 質	250~300g
塩分制限	6g未満		

食 品 構 成

成分 食品名	数量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
米飯	510	857	12.8	1.5	189.2
小麦粉	20	74	1.6	0.3	15.2
魚介類	80	120	15.2	5.9	0.2
獣鶏肉類	60	145	10.9	13.9	0.1
卵類	50	78	6.4	5.2	0
豆・大豆製品	30	49	4.2	2.9	2.2
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
いも類	50	42	0.7	0.1	12.0
果実類	60	42	0.4	0.1	11.2
種実類	0.7	4	0.1	0.4	0.2
味噌	15	29	1.9	0.9	2.9
砂糖類	20	77	0	0	14.9
油脂類	12	101	0.1	11.4	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
海藻類	2	—	0.1	—	0.9
合計		1,783	63.6	45.4	277.9

心 臓 食

エネルギー	1,750~1,850kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	45~55g	糖 質	250~300g
塩分制限	6g未満	水分制限	必要に応じて

食 品 構 成

成分 食品名	数量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
米飯	510	857	12.8	1.5	189.2
小麦粉	20	74	1.6	0.3	15.2
魚介類	80	120	15.2	5.9	0.2
獣鶏肉類	60	145	10.9	13.9	0.1
卵類	50	78	6.4	5.2	0
豆・大豆製品	30	49	4.2	2.9	2.2
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
いも類	50	42	0.7	0.1	12.0
果実類	60	42	0.4	0.1	11.2
種実類	0.7	4	0.1	0.4	0.2
味噌	15	29	1.9	0.9	2.9
砂糖類	20	77	0	0	14.9
油脂類	12	101	0.1	11.4	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
海藻類	2	—	0.1	—	0.9
合計		1,783	63.6	45.4	277.9

腎 臓 食

エネルギー	1,750~1,850kcal	たんぱく質	40~45g
カリウム	必要に応じて制限	水分	必要に応じて制限
塩分制限	6g未満		

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
米 飯	510	857	12.8	1.5	189.2
小 麦 粉	20	74	1.6	0.3	15.2
魚 介 類	30	45	5.7	2.2	0.1
獣 鶏 肉 類	30	73	5.5	7.0	0.1
卵 類	40	62	5.1	4.2	0
豆・大豆製品	10	18	1.4	1.3	0.3
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	50	42	0.7	0.1	12.0
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.4
味 噌	15	29	1.9	0.9	2.9
砂 糖 類	20	77	—	—	14.9
油 脂 類	20	168	0.2	19.0	0
ヨーグルト	80	64	2.8	1.2	10.4
元気じんじん	100	125	0	0	30
合 計		1,775	43.9	38.2	310.5

貧 血 食

エネルギー	1,750~1,850kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	45~55g	糖 質	250~300g
鉄 分	12mg以上		

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
飯	510	857	12.8	1.5	189.2
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
獸 鶏 肉 類	60	145	10.9	13.9	0.1
卵 類	40	65	4.9	4.5	0
豆・大豆製品	30	49	4.2	2.9	2.2
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	30	25	0.4	0	7.2
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2
種 実 類	0.7	4	0.1	0.4	0.2
味 噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂 糖 類	10	40	0	0	7.5
油 脂 類	12	101	0.1	11.4	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
海 草 類	2	—	0.1	0	0.9
合 計		1,765	63.8	45.9	274.9

潰瘍食

エネルギー	1,600~1,700kcal	たんぱく質	65~70g
脂質	40~45g	糖質	200~250g

食品構成

成分 食品名	数量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)
全 粥	990	703	10.9	1.0	155.4
小麦粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚介類	80	120	15.2	5.9	0.2
鶏肉	60	106	11.6	5.8	1.2
卵類	50	78	6.4	5.6	0
豆・大豆製品	100	97	8.7	6.4	2.9
緑黄色野菜	100	31	2.1	0.1	9.6
その他の野菜	150	39	2.0	0.2	7.2
いも類	80	72	1.4	0.2	16.2
果実類	60	42	0.4	0.1	11.2
種実類	0.7	4	0.1	0.4	0.2
味噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂糖類	20	77	0	0	14.9
油脂類	10	84	0.1	9.5	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
合計		1,671	67.8	40.1	249.7

痛 風 食

エネルギー	1,650~1,750kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	45~50g	糖 質	250~300g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
飯	450	756	11.7	1.4	167.0
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
獣 鶏 肉 類	60	145	10.9	13.9	0.1
卵 類	40	65	4.9	4.5	0
豆・大豆製品	30	49	4.2	2.9	2.2
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	30	25	0.4	0	7.2
果 実 類	60	42	0.4	0.1	11.2
種 実 類	0.7	4	0.1	0.4	0.2
味 噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂 糖 類	10	40	0	0	7.5
油 脂 類	12	101	0.1	11.4	0
牛乳・乳製品	118	66	3.4	2.4	4.9
海 藻 類	2	—	0.1	0	0.9
合 計		1,762	65.1	45.8	252.7

※プリン体の多いレバー、丸ごと食べる魚介類等の食品を使用しない

低 残 査 食

エネルギー	1,450~1,550kcal	たんぱく質	60~65g
脂 質	25~35g	糖 質	200~240g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
全 粥	900	639	9.9	0.9	141.3
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	83	13.8	2.1	1.7
鶏 肉	60	69	12.9	1.5	0.1
卵 類	50	78	6.4	5.6	0
豆・大豆製品	100	97	8.7	6.4	2.9
緑黄色野菜	100	38	2.2	0.3	6.9
その他の野菜	150	39	2.0	0.2	7.2
い も 類	80	72	1.4	0.2	16.2
果 実 類	100	64	0.5	0.1	16.3
味 噌	15	29	1.9	0.9	2.9
砂 糖 類	20	74	0	0	18.5
油 脂 類	10	84	0.1	9.5	0
合 計		1,458	61.8	28.1	232.9

※鶏肉や魚は脂肪の少ない物を使い、皮を除く。

※豆類の皮や鞘、葉物の芯や茎部分、トマトの皮や種、ゴボウ等の硬い野菜、こんにゃく、海藻、椎茸以外のキノコ、貝類、イカ、タコ、ナッツ類等の多脂食品、唐辛子等の刺激物を除く。

※原則として、乳製品は使用せず、果物は煮た物とする。

潜 血 食

エネルギー	1,750~1,850kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	25~35g	糖 質	290~310g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
飯	600	1,008	15.0	1.8	222.6
小 麦 粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚 介 類	80	120	15.2	5.9	0.2
鶏 さ さ み	60	63	13.8	0.5	0
卵 類	40	65	4.9	4.5	0
豆・大豆製品	40	74	5.6	5.0	1.1
緑黄色野菜	50	19	1.1	0.1	3.5
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
い も 類	50	56	1.6	0.1	12.2
果 実 類	100	46	0.7	0.2	11.4
種 実 類	2	11	0.3	0.9	0.4
味 噌	15	29	1.9	0.9	2.9
砂 糖 類	20	77	0	0	14.9
油 脂 類	10	84	0.1	9.5	0
海 草 類	2	—	0.1	0	0.9
合 計		1,796	64.9	30.0	298.6

※魚介類は白身の切り身や練り製品とする。

※野菜は葉緑素多い緑の濃い部分を避ける。

濃 厚 流 動 食

エネルギー	1, 200kcal	たんぱく質	45~50g
脂 質	30~35g	糖 質	150~200g
容 量	1, 200ml		

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
液状栄養食品	1, 200	1, 200	48.0	33.6	174.0
合 計		1, 200	48.0	33.6	174.0

液状栄養食品の成分値はメイバランス1.0Zで算出

無 菌 食

エネルギー	1,700~1,800kcal	たんぱく質	60~70g
脂 質	45~55g	糖 質	240~290g

食 品 構 成

成分 食品名	数 量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 質 (g)
飯	510	857	12.8	1.5	189.2
小麦粉	25	92	2.0	0.4	18.9
魚介類	80	120	15.2	5.9	0.2
獣鶏肉類	60	145	10.9	13.9	0.1
卵 類	40	65	4.9	4.5	0
豆・大豆製品	30	49	4.2	2.9	2.2
緑黄色野菜	150	47	3.2	0.2	14.4
その他の野菜	200	52	2.6	0.2	9.6
いも類	30	25	0.4	0	7.2
果実類	100	64	0.5	0.1	16.3
種実類	0.7	4	0.1	0.4	0.2
味噌	29	60	3.5	2.1	6.9
砂糖類	10	40	0	0	7.5
油脂類	12	101	0.1	11.4	0
海藻類	2	—	0.1	0	0.9
合 計		1,765	63.8	45.9	274.9

※料理・食品毎にラップで3重に包み、レンジで加熱し、病棟に着いたら1枚ラップを取り、病室に入る時さらに1枚取り、さらに食べる直前に最後の1枚をとる。
レンジ加熱できない果物、牛乳、納豆などは使用しない。

Ⅲ コメント等の対応について

Ⅲ コメント等の対応について

○ 主食

- ・主食は、超小盛り、小盛り、大盛り、超大盛りで指定できるが、超大盛りと超小盛りについては、嗜好でなく医師の指示により明確な理由がある場合にのみ対応する。
- ・ごはんは、標準は170gとし、超小盛りはマイナス100g、小盛りはマイナス50g、大盛りはプラス50g、超大盛りはプラス100gとする。
- ・おかゆ食やミキサーのかゆは、標準は330gとし、超小盛りはマイナス100g、小盛りはマイナス50g、大盛りはプラス50g、超大盛りはプラス100gとする。
- ・主食については、ごはん、かゆ、かゆめし半々、パン、おじやから選ぶ。主食をご飯で選べば登録コメントでむすびにすることができるが、むすびについては適正な理由がある場合を除き嗜好だけでは対応しない。
- ・パンは、8枚切り2枚にパンに塗るジャム等が1つ付くことを標準とし、小盛りはパン1枚半と塗る物2つ、超小盛はパン1枚と塗る物1つ、大盛りはパン2枚と塗る物2つ、超大盛はパン3枚に塗る物2つとする。
- ・週に1度のパンや麺については、小盛りや大盛りは考慮しない。
- ・糖尿食、低カロリー食、腎臓食等の特別食は、エネルギーや栄養成分等の調整があるため大盛や小盛り等については原則として対応しない。
- ・ハーフ食は、普通食とおかゆ食で選ぶことができ、主食やおかずを半分量にし、牛乳等パックものは1個付けとした食事である。
- ・かゆめし半々は、半量のめしをよそり、半量のかゆを上にかけて対応した物で、粥の液体部分が飯に吸われ、飯が軟飯状態になったものである。
- ・登録コメントのきざみは、普通おかずだけをきざむが、麺の時だけは麺も短く切る。

○ 副食

- ・副菜の量変更は、ハーフ食の時だけ対応する。
- ・登録コメントのきざみは5mm角程度で、一口大ききざみは2.5cm角程度であるが、それ以外のきざみの大きさについては、何ミリ角という指定をフリーコメントに入れて対応する。
- ・普通食のおかずは常菜、おかゆ食のおかずは軟菜、三分粥のおかずはミキサー食を基本とするが、うすがゆのおかずは個別対応とする。

○ 容器

- ・必要に応じて登録コメントで小丼、小皿、小スプーン、大スプーン等の食器をつける。
- ・食器等が凶器にならないように、また感染症やその疑惑がある場合、登録コメントで使い捨て食器や箸無しを選び対応することができる。

○ 禁止食品

- ・嗜好による禁止食品は、なるべく食べてもらうようにする。また、加工品等に入っている物は抜くことが困難なので、そのまま提供する。(例ハンバーグの玉ねぎ)
- ・嗜好による牛乳・乳製品は、登録コメントの嗜好関係から選び、牛乳禁、ヨーグルト禁、乳酸菌飲料禁の組み合わせで出てくる乳製品を変更することができる。ただし、シチューやソース等に含まれる物は対象とならない。
- ・薬と関連する納豆禁やグレープフルーツ禁は、嗜好的な禁とは違うので、登録コメントは薬剤関係から選択する。
- ・乳糖不耐症による牛乳・乳製品の禁等は乳糖不耐症関係の登録コメントから選択する。
- ・嗜好関係の肉禁は、ソーセージやハム等の加工品は提供できるものとする。
- ・嗜好関係の魚禁は、カマボコ・竹輪・はんぺん・フレーク等の加工品や、かに、いか、たこ、貝類は提供できるものとする。
- ・アレルギーは嗜好的な禁とは制限範囲が異なるので、アレルギーの登録コメントからやフリーコメント 20 字以内で入力する。この場合本人等からの情報により段階的に対応する。

○ その他

- ・締め切り時間以降のオーダー入力は1食遅れからの対応となりますが、緊急性のある場合は栄養管理科に電話で連絡し次の食事から対応することもできます。
- ・嗜好による小袋のしょうゆやソース等の調味料の追加は、献立に無い場合に塩分の栄養管理上出すことができません。
- ・ミキサー食は、ミキサーにかけただけのトロミなしを基本とし、コメントにより主食トロミつきと副食トロミつきに分けて対応する。
- ・糖尿病、胃潰瘍等で分割して食べた方がよい場合や、むら食いなどでエネルギーアップが必要など適正な理由がある場合は、登録コメントの高カロリーでパックの牛乳等保存できる物をつけて食間に食べられるように対応する。この場合、基本は朝牛乳、昼プリン、夕ヨーグルトでエネルギー260kcal、たんぱく質 15g の付加となるが、患者の状態や食事内容により内容は変わるので、当院の管理栄養士と相談してつける内容を決定する。