

(1) 食事の種類

- ①一般食（各食事形態に展開、必要に応じ食品の選択、調理形態を変更する）
- ②軟菜食（発熱時、胃腸症状の病気後、食欲低下時など）
- ③特別食（貧血食など）
- ④個別対応食（食物アレルギー等食品や調理法の制限がある場合の個別対応）
- ⑤リハビリ食（外来及び入院 V F 検査食含む）

(2) 栄養管理基準等

①一般食

給与栄養目標量はエネルギー区分ごとに別途定める。

なお、基準献立から各エネルギー区分へ展開するものとし、各栄養素が目標量を満たすように努める。

②軟菜食

軟菜食は、別紙—1「軟菜について」により提供する。

③特別食

各病態に応じ、医師の指示により適した食事を提供する。

④個別対応食

食物アレルギー等で食品や調理法の制限がある場合は、個別の必要給与栄養量により、それぞれに適した食事を提供する。

⑤リハビリ食

リハビリ食は、別紙—2「リハビリ食について」により提供する。

(3) 食事形態

食事の種類の特徴を基本とするが主食、副食の形態は患者の状況に応じて提供する。

米飯については、軟飯、全粥、粥ミキサー（粒あり、粒なし）、まとまり粥ミキサー、粥ゼリー、五分粥、重湯等の食事形態がある。

米飯以外については、次のものがある。

①きざみ食

一口大、きざみ、超きざみ等指定の大きさに手切りで、きざむこと。

②歯茎食べ食

山いもパウダーを使用し日本嚥下リハビリ学会嚥下調整食分類2013コード4の物性に調整する。

③舌つぶし食

指定のゲル化剤や酵素剤を使用し日本嚥下リハビリ学会嚥下調整食分類2013コード3の物性に調整する。

④ミキサー食

ミキサーをかけるときは湯冷まし等で均質になるように調整する。

(粥を濾す(粒なし)、濾さない(粒あり)の対応もある)

⑤まとまりミキサー食

食材にゲル化水を加えハンドブレンダーで攪拌した後成形し、発達期摂食嚥下障害児(者)のための嚥下調整食分類2018まとまりペーストの物性に調整する。

なお、食事形態についてはセンターでの検討により変更が生じる場合がある。

子ども心身発達医療センター 約束食事箋

平成30年11月1日

常食

給与栄養目標量

食事摂取基準(2015年版)による

食種		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	ビタミンA ( $\mu$ gRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)	備 考
常食	I	1000	35	30	400	0.6	0.7	50	450	4.5	5未満	8	1～2歳 男女
常食	II	1200	45	35	400	0.8	0.9	60	550	6	5.5未満	9	3～5歳 女 6～7歳 女 レベルI
常食	III	1400	55	45	450	1.0	1.1	70	600	8	6未満	10	3～5歳 男 6～7歳 男 レベルI 6～7歳 女 レベルII
常食	IV	1600	60	50	450	0.9	1.0	80	600	6.5	7未満	11	6～7歳 男 レベルII 6～7歳 女 レベルIII 8～9歳 男・女 レベルI
常食	V	1800	65	50	500	1.1	1.2	90	750	8.5	8未満	13	6～7歳 男 レベルIII 8～9歳 男・女 レベルII 10～11歳 女 レベルI
常食	VI	2000	70	55	650	1.3	1.4	130	800	9.5	9未満	13	8～9歳 女 レベルIII 10～11歳 男 レベルI 15～17歳 女 レベルI
常食	VII	2200	75	60	600	1.3	1.5	120	750	10	9未満	13	8～9歳 男 レベルIII 10～11歳 男・女 レベルII 12～14歳 女 レベルI
常食	VIII	2400	85	65	700	1.4	1.5	125	800	10	9未満	16	10～11歳 女 レベルIII 12～14歳 男 レベルI 12～14歳 女 レベルII 15～17歳 女 レベルII
常食	IX	2600	90	70	800	1.5	1.7	130	1000	11.5	9.5未満	17	10～11歳 男 レベルIII 12～14歳 男 レベルII 15～17歳 男 レベルI 15～17歳 女 レベルIII
常食	X	2800	100	75	900	1.7	1.8	130	1000	11.5	10未満	19	12～14歳 女 レベルIII 15～17歳 男 レベルII
常食	XI	3000	105	80	900	1.7	1.8	130	1000	11.5	10.5未満	19	12～14歳 男 レベルIII 15～17歳 男 レベルIII
常食	XII	3200	110	80	900	1.7	1.8	130	1000	11.5	11未満	19	15～17歳 男 レベルIII

参考)日本人の食事摂取基準(2015年版)より一部抜粋

	参照体重	エネルギー	たんぱく質		脂質			ビタミンA			ビタミンB1		ビタミンB2		ビタミンC		カルシウム		鉄			食塩	食物繊維
			*1	*2	EAR	RDA	UL	EAR	RDA	EAR	RDA	EAR	RDA	EAR	RDA	EAR	RDA	EAR	RDA	UL	DG	DG	
男性6~7歳	22.2	1550	25~78	34~52	300	450	900	0.7	0.8	0.8	0.9	45	55	500	600	4.5	6.5	30	5.0未満	11以上			
男性8~9歳	28.0	1850	35~93	41~62	350	500	1200	0.8	1.0	0.9	1.1	50	60	550	650	6.0	8.0	35	5.5未満	12以上			
男性10~11歳	35.6	2250	40~113	50~75	450	600	1500	1.0	1.2	1.1	1.4	60	75	600	700	7.0	10.0	35	6.5未満	13以上			
男性12~14歳	49.0	2600	50~130	58~87	550	800	2100	1.2	1.4	1.3	1.6	80	95	850	1000	8.5	11.5	50	8未満	17以上			
男性15~17歳	59.7	2850	50~143	63~95	650	900	2600	1.3	1.5	1.4	1.7	85	100	650	800	8.0	9.5	50	8未満	19以上			
女性6~7歳	21.9	1450	25~73	32~48	300	400	900	0.7	0.8	0.7	0.9	45	55	450	550	4.5	6.5	30	5.5未満	10以上			
女性8~9歳	27.4	1700	30~85	38~57	350	500	1200	0.8	0.9	0.9	1.0	50	60	600	750	6.0	8.5	35	6未満	12以上			
女性10~11歳	36.3	2100	40~105	47~70	400	600	1500	0.9	1.1	1.1	1.3	60	75	600	750	7.0	10.0	35	7未満	13以上			
女性12~14歳	47.5	2400	45~120	53~80	500	700	2100	1.1	1.3	1.2	1.4	80	95	700	800	7.0	10.0	50	7未満	16以上			
女性15~17歳	51.9	2300	45~115	51~77	500	650	2600	1.0	1.2	1.2	1.4	85	100	550	650	5.5	7.0	40	7未満	17以上			
女性 月経あり																			+3mg				

\*1 たんぱく質RDA(推奨量)~エネルギー20%未満

生活活動Ⅱ

\*2 脂質DG(目標量)エネルギー比20~30%未満

EAR=推定平均必要量 DG=目標量

RDA=推奨量 UL=上限量

<給与栄養目標量を設定するに当たり考慮した点>

たんぱく質:推奨量(RDA)~エネルギー20%未満

脂質:目標量(DG)エネルギー比20~30%未満

ビタミン、ミネラル:RDA(推奨量)を目指す

水溶性ビタミン:調理損耗率を考慮する ビタミンB1,B2 10% ビタミンC 30%

食塩:目標量(DG)を目指す、喫食量への影響を考慮し、従前のおりとし、今後下げていく

### 特別食

食種	内容
貧血食	鉄分量 +3mg

他の食種について、医師の指示により対応する

三重県立子ども心身発達医療センター

平成30年11月1日

## 軟菜について

- 1) 主食は、全粥・五分粥・軟飯等医師の指示に適したものを提供する。
- 2) 消化機能に対応した食事のため消化しにくい食品、かみにくい食品は使用しない。
- 3) 常食から軟菜食への展開は使用不可の食材を除き、栄養上必要な場合は代替食品で対応する。
- 4) 調理法としては、揚げ物は焼き物・煮物に、炒め物・サラダ・和え物は煮物に変更する
- 5) 食べやすい食品(果物、ゼリー、プリン、ヨーグルト)を1品はつける。果物は缶詰等で対応することもある。

### 軟菜基準

1	肉類	牛肉	基本使用しない(ただし脂身なしで軟らかいものなら可)
		豚肉	基本使用しない(ただし脂身なしで軟らかいものなら可)
		鶏肉	ささみか脂身・皮を除いた部位を使用
		加工肉	ベーコン、ハムは不可
		調理方法	基本は煮つけ
2	魚類	白身魚(カレイ、たら等)	使用可
		アジ(脂の少ないもの)	使用可(皮小骨は取り除く)
		鯛・鯖等(脂の多い)	使用不可
		カツオ(赤身)	使用可
		貝類	不可(ただしホタテのみ可)
		イカ・タコ・エビ	イカ・タコは不可、えびは茹でのみ可
		練製品	はんぺんのみ可、ちくわ・蒲鉾不可(やわらかちくわは可)
		調理方法	基本は焼き物、煮物
3	野菜・きのこ類	牛蒡、蓮根、筍	使用不可
		ピーマン、にら	使用不可
		きのこ類	使用不可
		もやし	使用不可
		トマト	湯むきする
		調理方法	生禁止、葉先を軟らかく茹る、煮物が基本
4	果物	バナナ	可
		リンゴ	コンポート
		みかん、オレンジ	みかん缶可
		メロン	可、スライスかミキサー
		パイナップル(生)	使用不可
		ぶどう	皮むいて可
		柿	使用不可
		梨	コンポート
		キウイ	使用不可
5	海藻類	わかめ	加熱で可
		ひじき	不可除く
		あおさ	加熱で可
		のり	不可、のりつくだ煮、きざみのりで可
6	こんにゃく	こんにゃく	不可
7	麺類	中華麺	不可
		日本そば	不可
		うどん	くたくたに煮込みにする
		そうめん	〃
		スパゲティ	ミートスパ不可、サラダの場合はやわらかく茹
8	その他	調味料	カレーは基本しない マヨネーズ等油の多いものは使用しない 汁は味噌汁かスープ 果物は缶詰かジュース、ゼリー 牛乳はヨーグルトかプリンに変更

## リハビリ食について

摂食訓練及びV F 検査時のリハビリ食提供については、衛生面に配慮した安全な食の提供をおこなうため下記のとおりとする。

### 1 オーダー方法

① 言語聴覚士は、1週間分の訓練食を「ST リハビリ食オーダー票」に入力し、原則前週の木曜日16時30分までに栄養事務室へ出力する。

② 予定表を確認し食材の不足が無いよう注文する。

#### <追加オーダー>

・追加オーダーは、電話連絡後「ST リハビリ食オーダー票」を栄養事務室へ出力する。

・オーダー締切時刻（配膳2時間前）後の追加オーダーはできない。

・追加オーダーは前日15時までに連絡すること。確認の上可能なら追加しますが、食材がない場合等追加できない場合もある。

・オーダー締切時刻（配膳2時間前）後もキャンセルはできる。

### 2 訓練食受け渡し方法、保管方法

#### ① オーダー締切・配膳時刻

	オーダー締切		配膳時刻	訓練時刻
1回目	↓ 2時間前	7:00	9:00	9:00、9:50
2回目		8:30	10:30	10:40、11:30
3回目		10:00	12:00	12:10、昼食(親子入院)
4回目		11:10	13:10	13:20、14:10
5回目		12:50	14:50	15:00、15:50、16:40
6回目		↓	16:00	18:00

※ 訓練16:40については、訓練食持参又は、お菓子を使った訓練のみとする。（調理後2時間以上経過するため）

#### ② 配膳及び保管

リハビリ食は、配膳時間に訓練室に配膳する。

訓練開始までは、冷蔵庫等（10 度以下）で管理するなど衛生管理を徹底する。

なお、VF 検査食については、指定する時間・場所に配膳する。

3 リハビリ食内容

別表のとおり

4 その他

別表以外の訓練食の内容等については、事前に調整をおこなうこととする。

## 別表 リハビリ食内容と調理形態等一覧

項目	内容	形態	備考
主食	○ごはん 各 50g	① 一般食 水 1.4 倍 ② 軟飯 水 2.5 倍 ③ 全粥 水 5 倍 ④ 分粥 ・ 3 分粥、5 分粥、7 分粥 ・ 重湯と粥に分けて提供 ⑤ 粒ありミキサー粥 ⑥ ミキサー粥 ⑦ 粥ゼリー ⑧ まとまり粥ミキサー ⑨ 粒なしミキサー食 (裏ごし)	
副食	○南瓜	① 一般食 ② 一口大食 ③ 刻み食 ④ 超刻み食 ⑤ マッシュ状 ⑥ ミキサー ⑦ 粒ありミキサー ⑧ ミキサー食 ⑨ 舌つぶし食 ⑩ 粒なしミキサー食 (裏ごし) ⑪ まとまりミキサー食	南瓜は調味料とともに湯煎加熱 30 分し、皮を取って提供する。
副食 咀嚼訓練食	○ハンバーグ	① 一般食 ② 一口大食 ③ 刻み食 ④ 超刻み食 ⑤ マッシュ状 ⑥ ミキサー ⑦ 粒ありミキサー ⑧ ミキサー食 ⑨ 舌つぶし食 ⑪ まとまりミキサー食	
舌つぶし食	○魚	① 舌つぶし食 ② 歯茎食べ食	
歯茎食べ食	○野菜 (大根・人参) 厚み 1.5cm 以上	① 歯茎食べ食	真空調理



咀嚼訓練食	○むきえび 厚み 1cm 以上 大きさ 3cm×3cm 以上		湯煎加熱 30 分する。
咀嚼訓練食	○お菓子 かっぱえびせん じゃがりこ サッポロポテト 果汁グミ キャラメル ガム チョコチップ 7~10 個 米せんべい ウエハース		
パン	○パン粥		
パン	○らくらく食パン		
その他	○お茶ゼリー		お茶(60 度以上)にかたまるくん 0.7%混ぜる。
その他	○とろみ汁		白湯にスルーキング 2g 混ぜる。
その他	○だし汁 100 cc		
その他	○湯冷まし 100g		両手コップに入れる。
その他	○お茶(麦茶) 100g		両手コップに入れる。
ハーフ食	入院児のみ 1000kcal の半量	センターの食形態から選択	
V F 検査食	○検査薬を含んだもの	蒸しパン ヨーグルト食 ペースト食 舌つぶし食 歯茎食べ食 等	使用する食材・形態についてはセンターから指示する