

つける人によって
トロミのバラつきは
ありませんか？

ダマはできて
いませんか？

上手くトロミづけは
できていますか？



とろみ調整食品の 上手なトロミづけ 6つのポイント

1

たとえば、

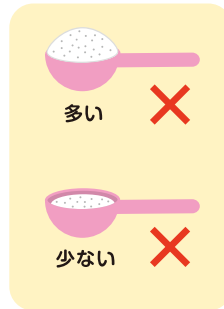


Aさんは
濃いとろみ



まずはトロミの基準を決めましょう。
飲み物などの液体食品の量に対する、とろみ調整食品の添加
量を決めましょう。

2



計量スプーンはすりきって使いましょう。
トロミをつける人によって、すりきり方が異なると、トロミ
の強さにバラつきが生じてしまいます。

3

かき混ぜながら
加える



30秒ほど
よくかき混ぜる

とろみ調整食品は、かき混ぜながら加えましょう。
トロミのつきにくい食品は、かき混ぜる時間を長くして、しっかり
混ぜましょう。

4

たとえば、同じ量を
加える場合でも



大き目で1回すりきって加える



小さくして3回すりきって加えると
時間がかかり...

きれいにトロミづけ



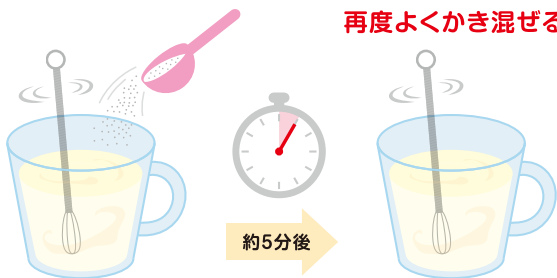
ダマになりやすい...



一度に、少しずつ、かき混ぜながら加えましょう。
とろみ調整食品を少しずつ、かき混ぜながら加える場合でも、
小分けにして添加すると、ダマになる可能性があります。

5

再度よくかき混ぜる

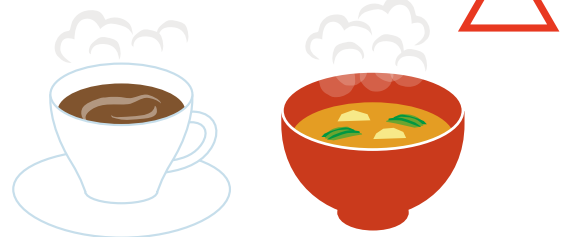


たとえば、牛乳や流動食等

トロミのつきにくい食品は、「二度混ぜ」しましょう。
とろみ調整食品を加えてしっかりかき混ぜてから、約5分後に再度
よくかき混ぜると、より早くトロミが安定します。また、トロミが
均一になるように、飲む前にもう一度かき混ぜるとよいでしょう。

6

熱すぎる食品は少し冷ます



熱すぎる食品は、
少し冷ましてからトロミをつけましょう。
熱い食品にトロミをつける場合、冷たい食品と比べると
トロミのつき具合がやや緩くなります。

明治かんたんトロメイクなら、誰でも簡単にトロミづけ!

明治かんたん トロメイク® とろみ調整食品



2.5g×50包



900g

忙しいワタシの
心強い味方だわ♪

Point サッと分散してダマになりにくい

サッと分散してダマになりにくいため、忙しい業務の中でもトロミづけに余裕が生まれます。

誰でも簡単にトロミがつけられるため、トロミづけの失敗が少なくなります。



明治かんたんトロメイクなら、かき混ぜながら加えなくてもこんなにダマになりにくい!



例) 水20℃ 200mlに明治かんたんトロメイクを5g加える

15秒後にかき混ぜ開始

20秒間かき混ぜ、終了

※食品の種類や添加量等の条件により異なります。

トロミの目安表

①ユニバーサルデザインフード

各食品100ml当たりの明治かんたんトロメイク使用量の目安		お茶 20℃	お茶 40℃	コーヒー 40℃	オレンジジュース 20℃	アイソトニック飲料 20℃	味噌汁 40℃	牛乳 20℃	流動食 20℃
トロミのつよさ	トロミの状態								
+++	フレンチドレッシング状	1g	1g	1g	1g	1g	1g	1g	1g
++	とんかつソース状	2g	2g	2g	2g	2g	2g	2g	2g
+	ケチャップ状	3g	3g	3g	3g	3g	3g	3g	3g

②日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類2013(とろみ)

日本介護食協議会の物性測定方法に準ずる

各食品100ml当たりの明治かんたんトロメイク使用量の目安	水 20℃	お茶 20℃	お茶 40℃
薄いとろみ	0.6g~1.4g	0.7g~1.4g	0.8g~1.6g
中間のとろみ	1.4g~2.2g	1.4g~2.2g	1.6g~2.4g
濃いとろみ	2.2g~3.3g	2.2g~3.1g	2.4g~3.3g

スプーン1杯当たりの目安量(すりぎり)

小さじ(5ml) 約1.5g	中さじ(10ml) 約3g	大きじ(15ml) 約4.5g
-------------------	------------------	--------------------

※スプーンの種類やすりぎり方法によって、重量は異なります。