

ひまわりの丘



MENU

ミキサー食(嚥下調整食コード2-2相当)

- 粥ミキサー 250g (197kcal)
- 魚のムニエル(タラ) 80g (121kcal)
- アスパラとベーコン炒め 60g (38kcal)
- コンソメスープ 140g (23kcal)
(利用者様の嚥下機能に合わせてフロアにてトロミ付け)
- 果物みかん缶 30g (21kcal)
- 明治メイバランス ソフトJelly マスカットヨーグルト味 125g (200kcal)

1食あたり エネルギー：約600kcal
たんぱく質：約17.8g

基本データ

- 【対象者】 摂食・嚥下機能が低下した方
- ◆ 対象者数： 約20名(2020年7月平均)
- ◆ 主な基礎疾患： 脳血管疾患、誤嚥性肺炎、認知症、慢性腎不全、慢性心不全、糖尿病など
- ◆ 不足分の栄養の補充方法：
《エネルギー・たんぱく質》
少量で栄養を補充できる栄養補助食品を活用。
《水分・食物繊維》
毎日提供する水分補給ゼリーに食物繊維を添加して提供。

	軟菜食	ミキサー食	ミキサー食 + ソフトJelly 1個(1日提供量)*
エネルギー (kcal)	425	400	600
たんぱく質 (g)	18	10.3	17.8
脂質 (g)	10.4	13	18.6
炭水化物 (g)	62.7	60.8	91.8
水分 (g)	381	576.5	671.3
食塩相当量 (g)	3	2.2	2.4
食物繊維 (g)	2.6	4.6	6.6
カルシウム (mg)	150	121	201
鉄 (mg)	1.1	0.6	2.6
ビタミンA (μg)	221	113	233
ビタミンB ₁ (mg)	0.26	0.1	0.4
ビタミンB ₂ (mg)	0.15	0.06	0.46
ビタミンC (mg)	36	12	44

1食あたりの栄養価の比較

Point! 見た目や物性にこだわり、利用者様一人ひとりに寄り添ったお食事を提供

- 盛付け** 彩りを工夫するなど、**視覚的**にも“おいしさ”を感じていただけるように心がけている。
また、食事を摂ることが精神的な負担にならないように、**見た目のボリューム感**にも配慮している。
- 献立** 高齢者だからといって和食にこだわることなく、**洋食や中華のメニュー**も献立に組み込んでいる。
一般的に、洋食や中華の塩分量は和食よりも少なく、**塩分をコントロール**したい時などに役立っている。
- 物性** ミキサー食を召し上がっている利用者様には必要に応じて**ゲル化剤を使い分ける**など、細かく物性を調整している。
- 補助食品** 提供するタイミングは個々の利用者様の**体調や生活のリズム**に合わせている。

ヒトコト コメント

利用者様の咀嚼嚥下状態に配慮しつつ、適正な栄養を美味しく摂取できるように、日々食事内容を改善しながら提供しています。

栄養課
富松浩美管理栄養士

