

■ 嚥下訓練食

栄養量と食品例

病院 食種	分類	1食当たり			食品例
		品数	量(ml)	エネルギー(kcal)	
嚥下訓練食Ⅰ	学食分類 2013 下訓練食品 嚥 0 j	1品	60	45	嚥下リード Vクレスゼリー
嚥下訓練食Ⅱ	学食分類 2013 嚥下調整食 1 j	2品	100~200	130	◎嚥下訓練食Ⅰに追加 おいしくホットゼリー、粉飴ムース、やわらか倶楽部 HOT プリン、アップルゼリー、オレンジゼリー
嚥下訓練食Ⅲ	学食分類 2013 嚥下調整食 2-2	3品	200~300	200	◎嚥下訓練食Ⅱに追加 キュービー やさしい献立 なめらかおかず 温泉卵、茶碗蒸し、ヨーグルト、絹豆腐（煮含む）
嚥下訓練食Ⅳ	学食分類 2013 嚥下調整食 3	4品 + 主食	500~600	300~400	[主食は選択] 全粥・5分粥・柔らかいご飯 [副食は選択] 肉料理・魚料理・豆腐料理・卵料理・野菜煮・芋煮 カットグルメ [汁物] 味噌汁・清汁・ポタージュ [デザート] りんごコンポート、フルーツ缶、ゼリー、アイスクリーム、ムース [練り物] 梅びしお・たいみそ・ゆずみそ

■ 献立例

病院 食種	分類	段階 形態	主食	主菜	副菜・その他
嚥下訓練食Ⅰ	学食分類 2013 嚥下訓練食品 0 j	(開始食) 咽頭部をスムーズに通過するもの。ざらつき、付着がないもの。	—	—	
嚥下訓練食Ⅱ	学食分類 2013 嚥下調整食 1 j	(ゲル) 粘膜への付着性が低いもの。べたつき、ざらつきのないもの。ゼラチン、固化補助剤で固めたもの。	—	—	
嚥下訓練食Ⅲ	学食分類 2013 嚥下調整食 2-2	(ゲル&ペースト) 訓練食Ⅱより、べたつき、ざらつきが多少あるもの。	—	—	
嚥下訓練食Ⅳ	学食分類 2013 嚥下調整食 3	(ミキサー) 嚥下訓練食Ⅲにピューレ状のものを追加する。水分にはとろみをつける。食品は固化補助剤、寒天などでまとめる。			

※嚥下Ⅳには、全粥、ミキサー粥など主食が原則としてつきます。

■ 嚥下食（嚥下障害・嚥下訓練食終了者など） 学会分類 2013 嚥下調整食 4

栄養量

食 種	熱量(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	糖質(g)	塩分(g)
嚥下食	1600	60	50	228	6
嚥下食エネルギー塩分調整	1600	60	50	228	6
嚥下食蛋白調整 1	1300	30	20	250	6
嚥下食蛋白調整 3	1500	50	45	224	6
嚥下食脂質調整	1400	40	15	276	6

食事	主菜	副菜	その他
献立例			ヨーグルト 缶フルーツ
	ハンバーグ	ポテトサラダ 煮物	

■ やわらか食（義歯の不具合・咀嚼困難など）

栄養量

食 種	熱量(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	糖質(g)	塩分(g)
やわらか食	1600	60	50	228	6
やわらか食エネルギー塩分調整	1600	60	50	228	6
やわらか食潰瘍	1600	60	50	228	6
やわらか食消化管術後	1250	45	32.5	164	4
	備考；全部 1/2 量(800kcal) +間食 2 回(450kcal[10 時、15 時])				
やわらか食蛋白調整 1	1300	30	20	250	6
やわらか食蛋白調整 3	1500	50	45	224	6
やわらか食脂質調整	1400	40	15	276	6

	主菜	副菜	その他
献立例			牛乳、果物
	ハンバーグ	ポテトサラダ 煮物	