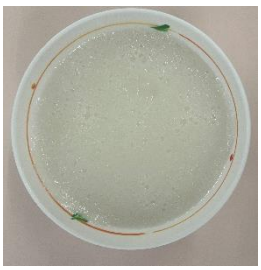
■ 嚥下訓練食

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)	ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	
嚥下訓練食Ⅰ	学会分類2021 嚥下訓練食品 0j	1品	50	120	ビタミンサポートゼリー 粉飴ムース
嚥下訓練食Ⅱ	学会分類2021 嚥下調整食 1j	2品	100～150	230	◎嚥下訓練食Ⅰに追加 おいしくｻﾎﾟｰﾄｾﾞﾘｰ、Vクレス CP10ゼリー、 やわらか倶楽部 HOT、エネルギーゼリー 茶碗蒸しゼリー、ソフトアガロリー
嚥下訓練食Ⅲ	学会分類2021 嚥下調整食 2-2	3品	150～200	280	◎嚥下訓練食Ⅱに追加 キューピー やさしい献立 なめらかおかず 茶碗蒸し（手作り）、ヨーグルト、絹豆腐（煮含む）、ぶどうゼリー
嚥下訓練食Ⅳ	学会分類2021 嚥下調整食 3	4品 ＋ 主食	500～600	300～400	〔主食は選択可〕 ゼリー粥（全粥・5分粥・柔らかいご飯選択可） 〔副食ｽｷｻｰ〕 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〕 ポタージュ 〔デザート〕 フルーツ缶、ゼリー、プリン 〔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	学会分類2021 嚥下訓練食品 0j	(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	学会分類2021 嚥下調整食 1j	(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。ｾﾞﾗﾁﾝ、固形化補助剤で固めたもの。	―	―	
嚥下訓練食Ⅲ	学会分類2021 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	学会分類2021 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。食品は固形化補助剤、寒天などでまとめる。	ゼリー粥 	 	 

※嚥下訓練Ⅳには、ゼリー粥が主食として付きます（他主食選択可能）

■　嚥下食（嚥下障害・嚥下訓練食終了者など）　学会分類 2021　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
嚥下食ｴﾈﾙｷﾞｰ塩分調整	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	7～8

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
やわらか食ｴﾈﾙｷﾞｰ塩分調整	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	7～8

	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	