

# 中部

UDF舌でつぶせるかたさ  
(嚥下調整食学会分類2021 コード3相当)の  
中部ご当地メニューをお届け。

このままでも、このうちの1品でも参考にして  
いただけたら幸いです。



## 金沢カレー 静岡おでん おざく

【1献立当たりの栄養成分】

エネルギー：561kcal、たんぱく質：17.6g、脂質：30.8g、  
炭水化物：52.4g、食塩相当量：2.8g

ホームページも是非ご覧ください

ホームページでレシピ  
・商品情報など最新情報をご  
確認いただけます！



## Umios株式会社

Umiosのメディケア食品

他にもレシピが満載♪



# 金沢カレー



## 【材料】(1人分)

やさしい素材(たんぱく21ポークポーション)…40g  
 やさしい素材(温野菜キャベツ)……………10g  
 全粥(80g)、ウスターソース(3g)、  
 卵(2g)、パン粉(2g)、薄力粉(1.5g)  
 カレールウ(8.5g)、水(60g)、とろみ調整食品(2g)

調理時間  
約20分

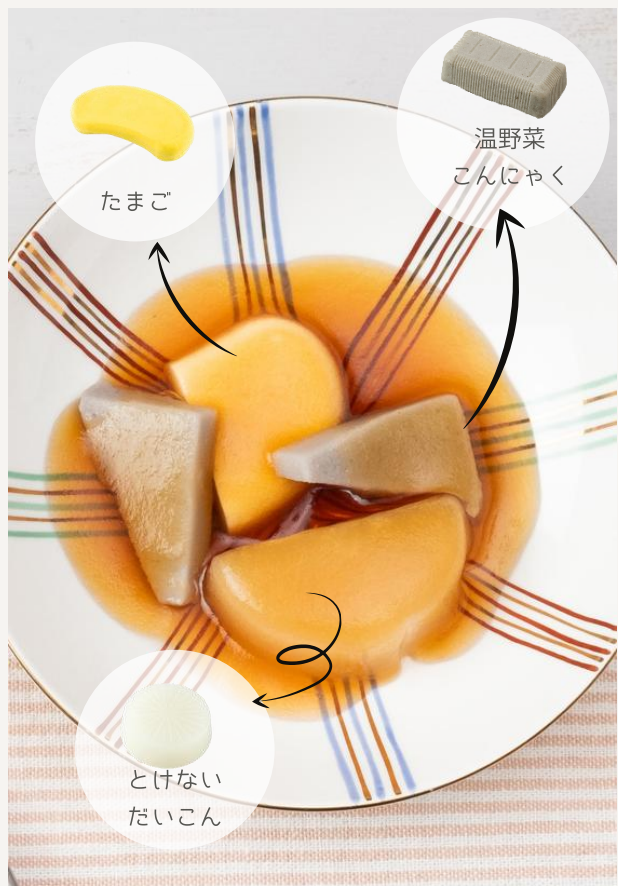
## 【作り方】

- ①ポーク(ポーション)は冷凍状態で、薄力粉、溶き卵、パン粉の順につけ、170℃のフライヤーで5分ほど揚げる。
- ②キャベツは半解凍状態で、食べやすい大きさにカットして蒸す。
- ③鍋に水を入れ熱し、カレールウを入れ煮溶かし、とろみ調整食品を加えとろみをつける。
- ④温めた全粥と③を器に盛り、①、②をのせる。①にウスターソースをかけ完成。

## 【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：290kcal、たんぱく質：11.6g、脂質：16.0g  
 炭水化物：24.2g、食塩相当量：1.5g

# 静岡おでん



調理時間  
約10分

## 【材料】(1人分)

やさしい素材(とけないだいこん)……………22.5g  
 やさしい素材(温野菜こんにゃく)……………10g  
 やさしい素材(たまご)……………20g  
 A：昆布だし(40g)、薄口醤油(2.5g)、酒(2.5g)、  
 みりん(1.5g)、三温糖(1g)  
 とろみ調整食品(1g)

## 【作り方】

- ①だいこん、こんにゃく、たまごは半解凍状態で、食べやすい大きさにカットする。
- ②鍋にAを入れ温めたら、①を加え8分ほど煮込み、とろみ調整食品を加えとろみをつける。
- ③器に②を入れ完成。

## 【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：100kcal、たんぱく質：2.8g、脂質：6.0g  
 炭水化物：7.5g、食塩相当量：0.6g

# おざく

調理時間  
約10分

## 【材料】(1人分)

やさしい素材(温野菜こんにゃく、さといも、  
にんじん)……………各10g  
A：出汁(80g)、三温糖(1g)、醤油(3g)、みりん(1g)  
とろみ調整食品(2g)

## 【作り方】

- ①さといも、にんじんは半解凍状態で、食べやすい大きさにカットする。こんにゃくは解凍状態で、スプーンですくう。
- ②鍋にAを入れ温めたら、①を加え8分ほど煮込み、とろみ調整食品を加えとろみをつける。
- ③お椀に②を注ぎ完成。

## 【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：61kcal、たんぱく質：1.6g、脂質：2.1g  
炭水化物：9.8g、食塩相当量：0.6g



—食を通じて健康を応援する—

# メディケア食品



メディベア

いつまでも楽しく美味しく食べる  
を応援していきます。



メディもも

- ・献立が立てやすい
- ・トラブルが少ないため  
他の業務に従事しやすい

患者  
利用者様

- ・美味しい
- ・食べやすい
- ・全量食べられる

栄養士



調理者

介助者

- ・時間をかけずに  
余裕を持って介助ができる

- ・簡単
- ・物性が安定しているので安心

## 「嚥下食調整食学会分類2021」(対応表)

学会分類 2021	UDF	
嚥下訓練食品 0j	—	やさしい主食
嚥下訓練食品 0t	—	
嚥下調整食 1j	かまなくて よい	ひとりのチカラ
嚥下調整食 2-1	かまなくて よい	やさしいおかずセット
嚥下調整食 2-2	かまなくて よい	やさしい素材
嚥下調整食 3	舌で つぶせる	やさしいおかず
嚥下調整食 4	舌で つぶせる 歯ぐきで つぶせる 容易に かめる (一部)	New 素材deソフ (歯ぐきでつぶせる) やさしいおかず (歯ぐきでつぶせる)

※上図は日本摂食嚥下リハビリテーション学会から発表された「嚥下調整食分類2021」の分類分けに則って弊社で作成しています。詳細は「嚥下調整食分類2021」の本文及び学会分類2021(食事)早見表をご確認ください。【日摂食嚥下リハ会誌25(2):135-149, 2021】または日本摂食嚥下リハ学会HPホームページ: <https://www.jsdr.or.jp/wp-content/uploads/file/doc/classification2021-manual.pdf> 「嚥下調整食学会分類2021」を必ずご参照ください。

詳しい商品の取り扱いについては、Umiosまでお問い合わせください。  
サンプル随時受付中！