

九州



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
九州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。



とうきびめし 水炊き
からしれんこん マンゴーのブランマンジェ

【1献立当たりの栄養成分】

エネルギー：575kcal、たんぱく質：20.2g、脂質：22.8g、
炭水化物：74.5g、食塩相当量：2.4g

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♪



とうきびめし



【材料】(1人分)

やさしい素材(とけないコーン)……………15g
全粥(200g)、食塩(0.4g)

調理時間
約5分

【作り方】

- ①コーンは半解凍状態で、ダイスにカットする。
- ②温めた全粥に食塩を加え、器に盛り、①をのせ完成。

【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：150kcal、たんぱく質：2.3g、脂質：0.3g
炭水化物：33.0g、食塩相当量：0.4g

水炊き



【材料】(1人分)

やさしい素材(たんぱく21チキンブロック)…40g
やさしい素材(温野菜しいたけ)……………10g
やさしい素材(温野菜キャベツ)……………10g
やさしい素材(とけないながねぎ)……………15g
絹ごし豆腐(20g)、鶏ガラスープ(120g)、とろみ調整食品(3g)
A：ポン酢(8g)、水(4g)、とろみ調整食品(0.3g)

調理時間
約15分

【作り方】

- ①チキン(ブロック)、しいたけ、キャベツ、ながねぎは半解凍状態で、食べやすい大きさにカットする。絹ごし豆腐も食べやすい大きさにカットする。
- ②鍋に鶏ガラスープを入れ温めたら、①を加え8分ほど煮込み、とろみ調整食品を加えよく混ぜる
- ③Aを混ぜ合わせ、容器に入れる。②に添えて完成。

【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：176kcal、たんぱく質：12.6g、脂質：9.9g
炭水化物：10.2g、食塩相当量：1.0g

からしれんこん



【材料】(1人分)

やさしい素材(温野菜れんこん)……………33.3g
A：味噌(5g)、パン粉(2g)、和からし(1g)、水(5g)
片栗粉(2g)

【作り方】

- ①れんこんは半解凍状態で、食べやすい大きさにカットし、ストローで穴をあける。
- ②Aの材料を混ぜ合わせ、絞り袋に入れ、①の穴に絞り、側面にも塗る。
- ③片栗粉をまぶしたら170℃のフライヤーで揚げる。
- ④器に③を盛り完成。

※穴をあけずに表面に塗るだけでもOK！

【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：139kcal、たんぱく質：2.1g、脂質：9.1g
炭水化物：13.9g、食塩相当量：1.0g

調理時間
約15分

マンゴーのブランマンジェ



【材料】(1人分)

やさしい素材(マンゴー)……………26g
牛乳(60g)、グラニュー糖(7.5g)、ゼラチン(1.2g)

【作り方】

- ①鍋に牛乳とグラニュー糖を入れ温め、ゼラチンを加えよく混ぜて溶かしたら、容器に入れ冷蔵庫で冷やし固める。
(※調理時間外)
- ②マンゴーは解凍状態で、クラッシュする。
- ③①に②をのせ完成。

【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：110kcal、たんぱく質：3.2g、脂質：3.5g
炭水化物：17.4g、食塩相当量：0.1g

調理時間
約15分

—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。



メディモ

- ・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	0j	—	やさしい主食
嚥下訓練食品 0t	0t	—	
嚥下調整食 1j	1j	かまなくてよい	ひとしおチカラ
嚥下調整食 2-1	2-1	かまなくてよい	やさしいおかず"セット" やさしい素材
嚥下調整食 2-2	2-2	かまなくてよい	
嚥下調整食 3	3	舌でつぶせる	やさしいおかず
嚥下調整食 4	4	舌でつぶせる	New 素材deリガ (歯ぐきでつぶせる) やさしいおかず (歯ぐきでつぶせる)
		歯ぐきでつぶせる	
		容易にかめる(一部)	

※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。

詳しい商品のお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！