

東北



 **umios**

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）の東北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。



枝豆ごはん 芋煮
いかにんじん はちみつりんごヨーグルト

【1献立当たりの栄養成分】

エネルギー：574kcal、たんぱく質：18.7g、脂質：16.2g、
炭水化物：85.0g、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♪



枝豆ごはん



【材料】(1人分)

やさしい素材(とけないえだまめ)……………20g
全粥(200g)、食塩(0.3g)

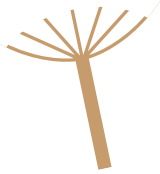
【作り方】

- ①えだまめは半解凍状態で、1cm角にカットする。
- ②全粥を温めたら、食塩と①を加え、5分ほど煮込む。
- ③器に②を盛り完成。

【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：153kcal、たんぱく質：2.7g、脂質：0.5g
炭水化物：33.0g、食塩相当量：0.4g

調理時間
約10分



芋煮



【材料】(1人分)

やさしい素材(たんぱく21ビーフブロック)…33.3g
やさしい素材(温野菜さといも、こんにやく)各25g
やさしい素材(とけないながねぎ)……………22.5g
水(100g)、とろみ調整食品(2g)
A：三温糖(3g)、しょうゆ(6g)、みりん(6g)

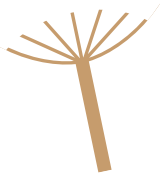
【作り方】

- ①ビーフ(ブロック)は半解凍状態で、スライスする。
- ②さといも、こんにやく、ながねぎは半解凍状態で、それぞれ食べやすい大きさにカットする。
- ③鍋に水とAを入れ温めたら、①と②を加え8分ほど煮込み、仕上げにとろみ調整食品を加えよく混ぜたら完成。

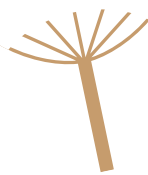
【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：209kcal、たんぱく質：9.8g、脂質：10.2g
炭水化物：20.9g、食塩相当量：1.4g

調理時間
約15分



調理時間
約10分



いかにんじん



【材料】(1人分)

やさしい素材(たんぱく21いか)……………10g
やさしい素材(温野菜にんじん)……………33.3g
A：ざらめ(5g)、しょうゆ(5g)、酒(25g)
とろみ調整食品(1g)

【作り方】

- ①いか、にんじんは半解凍状態で、適当な大きさにカットする。
- ②Aを鍋に入れひと煮立ちさせたら弱火にし、とろみ調整食品を加えとろみをつける。
- ③ボウルに①と②を入れ混ぜ合わせ、器に盛り完成。

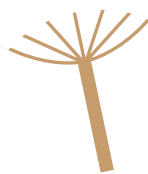
【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：123kcal、たんぱく質：3.7g、脂質：3.4g
炭水化物：15.7g、食塩相当量：0.9g

はちみつりんごヨーグルト



調理時間
約5分



【材料】(1人分)

やさしい素材(りんご)……………26g
無糖ヨーグルト(70g)、はちみつ(8g)

【作り方】

- ①りんごは解凍状態で、4等分にカットする。
- ②器に無糖ヨーグルトを盛り、①をのせ、はちみつを回しかけて完成。

【1食当たりの栄養成分】

エネルギー：89kcal、たんぱく質：2.5g、脂質：2.1g
炭水化物：15.4g、食塩相当量：0.1g

—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

- ・時間をかけずに余裕を持って介助ができる

介助者

- ・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 しゆ	
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	ひとさのチカラ 
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  やしの素材 
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 歯ぐきでつぶせる	New 素材deリガ  やさしいおかず 
		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！