

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 ぶどうチーズクリーム

【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

お役立ち情報配信

メルマガ登録



メディケア食品
公式Instagram



その他の行事食レシピは
こちら！



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)
 カレールー(8.5g)、水(60g)、とろみ調整食品(2g)

調理時間
約20分

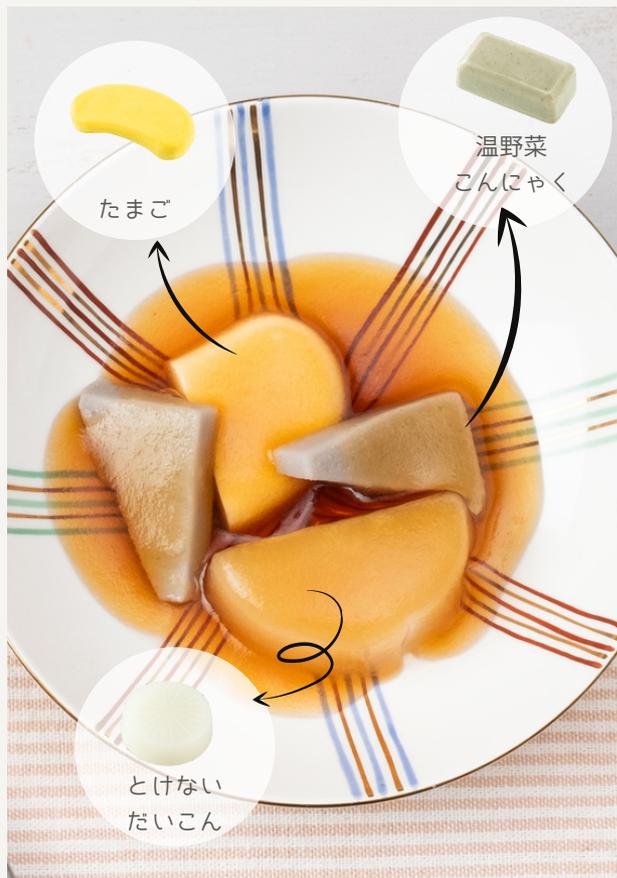
【作り方】

- 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°C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



【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

調理時間
約10分

ぶどうチーズクリーム



【材料】(1人分)

やさしい素材(赤ぶどう)……………26g
クリームチーズ(15g)、生クリーム(4g)、グラニュー糖(2g)

【作り方】

- ①赤ぶどうは解凍状態で、4等分にカットする。
- ②ボウルに生クリームとグラニュー糖を入れ、7分立てにする。柔らかく室温にもどしたクリームチーズを加え、チーズクリームを作る。
- ③器に②を盛り、①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：1.6g、脂質：6.7g
炭水化物：10.9g、食塩相当量：0.1g

調理時間
約10分

使用商品の栄養成分・アレルギー・規格

100g当たり (推定値)	たまご	たんぱく21ポーク (ポーシヨン)	温野菜さといも	温野菜しんじやく	温野菜にんじん	温野菜キャベツ	とけないだいこん	赤ぶどう
エネルギー(kcal)	303	271	132	145	160	126	30	129
たんぱく質(g)	11.9	22.7	3.6	3.0	3.4	3.7	0.2	0.3
脂質(g)	26.1	19.2	5.3	7.7	7.4	4.7	0.2	0.3
炭水化物(g)	3.6	1.9	20.9	19.7	23.3	21.2	7.2	32.7
食塩相当量(g)	0.5	0.6	0.2	0.4	0.3	0.3	0.2	0.05
アレルギー物質 (特定原材料等)	小麦・卵・ さば・大豆・ ゼラチン	卵・大豆・ 鶏肉・豚肉・ ゼラチン	卵・乳成分・ 大豆	卵・乳成分・ 大豆	卵・乳成分・ 大豆	卵・乳成分・ 大豆	小麦・乳成分・ 大豆	-
規 格	120g(3個) /30×2	120g(3個) /30×2	300g(3本) /30	300g(3本) /30	300g(3本) /30	300g(3本) /30	360g(8個) /12×2	390g(15個) /12×2

※赤字は分析値の平均値になります。
 ※商品の仕様およびパッケージは変更される場合があります。
 ※2023年12月現在の情報です。
 ※商品の詳しい調理時間は「病院施設向けカタログ」調理方法のページをご確認ください。

【嚥下調整食学会分類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	やさしいおかず"セット"  やさしい素材 
嚥下調整食 2-1	2-1	かまなくて よい	
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ソフト (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。

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