



バルツァ・ゴードル 食事概要



初版：H24.8月

更新：H25.3月

作成元：栄養課



栄養課より

この冊子は、各課と栄養課でお食事に関する基本情報を共有するために作成したもので、現在の栄養課で対応している基本的作業にあたる部分です。

掲載内容以外の相談も受け付けますので、お気軽に栄養課管理栄養士までお声がけください。

1日の食事

【朝食】1週間のサイクルメニュー

月	火	水	木	金	土	日
パン 1品 ジュース						
	おじゃ 1品		おじゃ 1品		おじゃ 1品	おじゃ 1品

【昼食】主食+副食2品 ※メニューにより変動

【おやつ】飲料(主に牛乳)+菓子類

【夕食】主食+副食2品

時間別食事形態対応①

※○＝対応可能（H24.8月現在）

おかず	常食	キザミ	押しつぶし	ミキサー	ゼリー
朝食	○	○		○	
昼食	○	○	○	○	副菜のみ ○
おやつ	○	○		○	
夕食	○	○	○	○	副菜のみ ○

時間別食事形態対応②

※○＝対応可能（H24.8月現在）

主食	米飯 (マンナゴ飯)	軟飯 (マンナン軟飯)	全粥	ゼリー粥 ※フルーチェ状
朝食	おじやorおじやゼリー (パンorパン粥ゼリー)			
昼食	○	○	○	○
おやつ	/			
夕食	○	○	○	○

< 食事形態全容 >

主菜

副菜

常食



キザミ食



押しつぶし食



押しつぶしミキサー食



押しつぶしゼリー食



検討中



主食

米飯

軟飯

全粥

ゼリー粥

パン

パン粥

こういうのいいな

食事形態別の特徴

常食

- 一口大
- 噛み切り難い食材は使用しない。
- 一般の食事より少しやわらかめ。

キザミ食

- 2～3mmカット
- 肉類は団子状。
- 液体× とろみでまとめる。

押しつぶし食

- 素材を長時間加熱でクタクタ煮。
- 基本一口大
- 加熱してもやわらかくならない素材はミキサー化。
- 一部市販ムース素材活用。
- 液体× とろみでまとめる。
- 見た目は常食に近い。

押しつぶし ミキサー食

- 押しつぶし食をさらにミキサーにかけ、とろみ付けしたもの。
- 液体×

押しつぶし^未 ゼリー食

- 押しつぶし食をさらにミキサーにかけ、ゼリー化したもの。
- 液体×

米飯・軟飯・全粥・ゼリー粥

(パン・パン粥)

(麺類は食種定義と同様)

常食

- 一口大
- 噛み切り難い食材は使用しない。
(こんにゃく・えのき・きくらげ など)
- 一般の食事より少しやわらかめ。
- 酸味のある料理はマイルドに。

<主食組み合わせ>

米飯 が基本。



キザミ食

●2~3mmカット

●肉類は団子状。

<牛肉・豚肉の場合> <鶏肉の場合>

・ミンチ肉	100%	・	//
・木綿豆腐	30%	・	//
・牛乳	30%	・	//
・パン粉	6%	・	//
・卵	20%		

※ベーコンとハムはそのままキザミ対応。

●液体×→とろみでまとめる。

<主食組み合わせ>

米飯・軟飯・全粥 が基本。



★とろみ剤: つるりんこ

押しつぶし食

- 素材を長時間加熱でクタクタ煮。
(素材に合わせて20~60分)
- ※味付けはクタクタに煮た後につける。
- やわらかさの目安は、スプーンの背で、力をさほど加えずに“押しつぶせる”ぐらい。
- 基本一口大で、見た目は常食に近い。
- 加熱してもやわらかくならない素材はミキサー化。(海草類・オクラ・もやし・練り製品・ツナ・ゆで玉子・油揚げ など)
- 一部市販ムース素材活用。
(肉・魚・えび・きのこ・ごぼう)
- ※ベーコン・ハムも肉ムース素材へ切替。
- 液体×→とろみでまとめる。

ムース素材

鶏・豚・牛



鮭・白身魚



えび



ごぼう

しいたけ

★とろみ剤: つるりんこ

※片栗粉はソースのみ。



★ゼリー粥用:
ホット&ソフトプラス



<主食組み合わせ>

米飯・軟飯・全粥・ゼリー粥

押しつぶしミキサー食

- 押しつぶし食をさらにミキサーにかけ、とろみ付けしたもの。
- やわらかさの目安は、皿を傾けてドロ〜ツとながれるくらい。
- 液体×→とろみでまとめる。

★とろみ剤: つるりんこ



★ゼリー粥用:
ホット&ソフトプラス



<主食組み合わせ>

全粥・ゼリー粥



押しつぶしゼリー食

- 押しつぶし食をさらにミキサーにかけ、ゼリー化したもの。
- やわらかさの目安は、皿を傾けてもほとんど流れず、ぽってりした感じ。
- 液体×→ゼリー化でまとめる。
- 現在、2名の小鉢料理にのみ提供。

★ゼリー化用:
ソフティアゲル



★ゼリー粥用:
ホット&ソフトプラス



現在検討中(以下、理想)



ゼリー



ミキサー



<主食組み合わせ>

全粥・ゼリー粥

メニュー例

食べやすいかもー♪



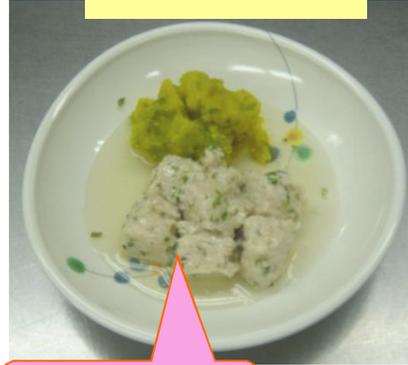
鶏肉の青じそソテー

常食



お肉一口大

キザミ食



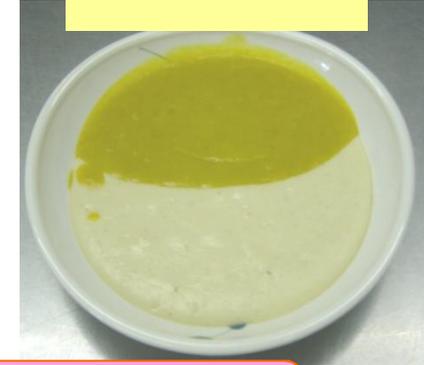
お肉団子状

押しつぶし食



お肉ムース素材
青じそはミキサーにしソースとする。

押しつぶし
ミキサー食



青梗菜のクリーム煮

常食



キザミ食



押しつぶし食



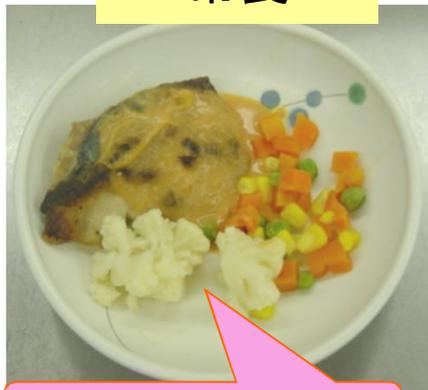
スジの残りやすい
青菜は刻む

押しつぶし
ミキサー食



鱈のムニエル(オーロラソース)

常食



魚は1切そのまま

キザミ食



魚はほぐし、とろみ付のソースやあんをかける。

押しつぶし食



魚ムース素材を蒸し焼きに。

押しつぶし
ミキサー食



とろみ加減が難しい...

ほうれん草とベーコンのソテー

常食



キザミ食



炒め物もとろみ剤で
とめ離水防止

押しつぶし食



青菜は刻み、
肉はムース素材

押しつぶし
ミキサー食



牛肉と野菜の炒めもの

常食



お肉一口大

キザミ食



お肉団子状

押しつぶし食



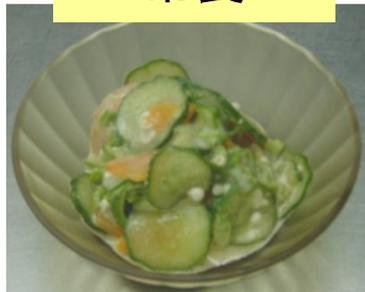
煮てもスジの残るモヤシはミキサーに。

押しつぶし
ミキサー食



オクラ&エビのサラダ

常食



キザミ食



押しつぶし食



煮てもやわらかくなりにくいオクラはミキサーに。

押しつぶし
ミキサー食



和風おろしハンバーグ

常食



ハンバーグ1
/2カット

キザミ食



ハンバーグ1
/8カット

押しつぶし食



ムース素材で
手捏ねバーグ

押しつぶし
ミキサー食



+卵・パン粉



よく混ぜい



小判型に成型し



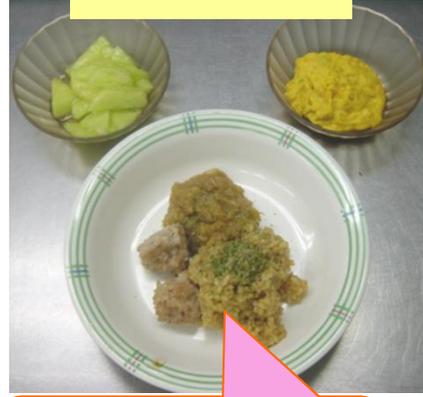
蒸し焼き

焼きそば・かぼちゃサラダ・メロン

常食



キザミ食



焼きそばだって
肉は団子状

押しつぶし食



焼きそば麺を20
分ほど湯がき、ふ
にゃふにゃ麺に。

押しつぶし
ミキサー食



メロンは加水不要で
純粋な果物ミキサー

ミキサー食



傾けると
ドロ〜ッと
流れる感じ。

ゼリー食



傾けても流れにくく
ぽってりした感じ。
※現在ゼリー食対
応は小鉢のみ。

かやくご飯・肉豆腐・三色なます

常食



豆腐は
サイコロサイズ

キザミ食



かやくご飯の
鶏肉だって団子状。
主食の形状に
合わせ、キザミ具を
トッピング。

押しつぶし食



主食の形状に
合わせ、押しつぶし具
をトッピング。
豆腐はミキサーある
いは絹ごしへ切替。

押しつぶし
ミキサ食



主食の形状に
合わせ、ミキサー具
をトッピング。

フィッシュバーガー・サラダ・スープ

常食



細かくたたいた魚フライをはさむ。

キザミ食



主食パンそのままの方には、押しつぶしの具をはさむ。

パン 押しつぶし食



パン粥 押しつぶし食



主食パン粥の方は具を別盛り対応。

パン

押しつぶしゼリー食



ゼリーの具ははさむとぐちゃぐちゃになるのでパンを添えます。

パン粥

押しつぶしミキサー食



シチュー・パン・サラダ

常食



キザミ食



パン 押しつぶし食



シチューは自然の
とろみがあるのでとろ
み剤は少しだけ。

パン粥 押しつぶし食



押しつぶし
ゼリー食



パン粥 押しつぶし
ミキサー食



“病人食”とは？

当園独自の発想で生まれ、従来から取り入れられている食事です。

名前の通り、発熱や嘔吐などで体調不良のときに、病棟から栄養課に注文が入れば提供されます。

定義が不明確であったため、平成24年11月にアンケート調査を実施し、リニューアルしました★

新★病人食

【定義】 胃にやさしいながらも見た目の品数はある程度通常の食事に近い形での食事。

基本のかたち

	主食	副食	菓子類	飲料
朝	おじやorおかゆ	1~2品(メニュー通り) ※白がゆ時はのり佃煮添え		
昼	おかゆ	煮物や汁物2品 ※小鉢サイズ2品		
おやつ			ゼリー・ムース系へ	なし
夕	おかゆ	煮物や汁物2品 ※小鉢サイズ2品		

※食事形態(常・キザミ・押しつぶし・ミキサーなど)については、通常の食事に準じて対応します。

※副食のメニュー内容は、その日の献立から栄養課おまかせで決めさせていただきます。主に、煮物や和え物が中心になります。

～提供例(押しつぶし食の方)～

	通常の食事	病人食の食事
朝食	 <p>スティックパン ヨーグルト ぶどうジュース</p>	 <p>白がゆ+のり佃煮 ヨーグルト ぶどうジュース</p>
昼食	 <p>全粥 魚のバジルマヨ焼き 白菜コールスロー</p>	 <p>全粥 煮魚1/2量 白菜おひたし</p>
おやつ	 <p>牛乳 カステラ</p>	 <p>プリン</p>
夕食	 <p>全粥 鶏の治部煮 南瓜のソテー</p>	 <p>全粥 鶏の治部煮1/2量 南瓜の煮物</p>

“病人食”対応の利用者さんの食事には、
専用の食札を添えます。

