

普通食栄養量

		栄養素量						塩分 (g)	目安 水分量 (ml)	備考
		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄分 (mg)			
常食	常食1400	1,400	60(17%)	39(25%)	200(58%)	600	8.0	7.5	1,300	米飯100g
	常食1600	1,600	65(16%)	45(25%)	230(59%)	600	8.5	7.5	1,400	米飯150g
	常食1800	1,800	70(16%)	49(24%)	270(60%)	600	9.0	7.5	1,600	米飯200g
	常食2000	2,000	75(15%)	54(25%)	300(60%)	600	9.5	7.5	1,700	米飯250g
分娩食		2,000	75(15%)	54(25%)	300(60%)	700	11.0	7.5	1,700	米飯200g
全粥食	全粥食1200	1,200	55(17%)	30(23%)	180(60%)	600	5.5	7.5	1,650	全粥150g
	全粥食1400	1,400	60(17%)	35(23%)	210(60%)	600	6.0	7.5	1,800	全粥200g
	全粥食1600	1,600	65(17%)	40(23%)	240(60%)	600	6.5	7.5	1,950	全粥300g
	全粥食1800	1,800	70(16%)	45(23%)	280(61%)	600	7.0	7.5	2,100	全粥400g
塩分調整食 (高血圧のみ)	塩分調整1200	1,200	55(17%)	30(23%)	180(60%)	600	5.5	6.0	1,300	米飯80g
	塩分調整1400	1,400	60(17%)	35(23%)	210(60%)	600	6.0	6.0	1,400	米飯100g
(食札印字) 塩分調整食	塩分調整1600	1,600	65(16%)	40(23%)	240(60%)	600	6.5	6.0	1,500	米飯150g
	塩分調整1800	1,800	70(16%)	45(23%)	280(62%)	600	7.0	6.0	1,600	米飯200g
	塩分調整2000	2,000	75(15%)	50(23%)	310(62%)	600	7.5	6.0	1,700	米飯250g
低刺激食	低刺激1400	1,400	55(15%)	28(19%)	230(66%)	600	5.0	6.0	1,000	米飯100g 全粥200g
	低刺激1600	1,600	60(15%)	32(18%)	270(67%)	600	6.0	6.0	1,100	米飯150g 全粥300g
	低刺激 (分粥)	1,200	55(18%)	25(19%)	190(63%)	600	4.5	6.0	1,500	七分粥 200g
		1,000	50(20%)	20(18%)	155(62%)	600	4.0	5.5	1,400	五分粥 200g
		800	45(22%)	20(23%)	110(55%)	600	4.0	5.5	1,300	三分粥 150g
分粥食	七分粥	1,200	55(18%)	25(19%)	190(63%)	600	4.5	6.0	1,500	七分粥 200g
	五分粥	1,000	50(20%)	20(18%)	155(62%)	600	4.0	5.5	1,400	五分粥 200g
	三分粥	800	45(23%)	20(22%)	110(55%)	600	4.0	5.5	1,300	三分粥 150g
流動食	流動食A	700	33(20%)	25(33%)	88(50%)	680	3.0	5.0	1,000	
	流動食B	1,100	45(16%)	35(29%)	150(55%)	830	5.0	5.0	1,100	