

# 始良・伊佐地域の栄養管理基準

始良・伊佐地域振興局管内給食施設連絡協議会

## 本管理基準のあらまし

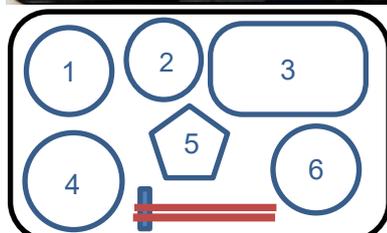
本管理基準は、管内施設の栄養管理基準作成の目安、および、献立作成者の日々の業務の効率化、ならびに施設間の平準化をおこない、患者様、入所者様の栄養管理の質の向上を図るため、日本人の食事摂取基準を基に始良・伊佐地域の病院・福祉施設の年齢構成や給与栄養目標量の調査結果から設定し、今後拡大する医療・介護・在宅に共通する栄養管理基準として作成しました。

## 基本栄養管理基準表

	給与栄養基準					主な適応疾患 (食種)	備考
	熱量 kcal	蛋白質 g	脂肪 g	食物繊維 g	塩分 g		
エネルギー コントロール食	1200	50(17)	30(23)	12	7	一般食 糖尿食 動脈硬化症 肝疾患代謝性 肥満症 高尿酸血症 脂質異常症	おおよその慢性疾患に適應する。 エネルギー産生栄養素バランス たんぱく質 15～20%、脂質 20～30%未満 炭水化物 50～65%。穀物エネルギー比 60%以下 動物性蛋白比 45%以上。
	1400	55(16)	35(23)	14	7		
	1600	60(15)	40(23)	16	7		
	1800	75(17)	40(20)	18	7		
蛋白質 コントロール食	1400	40(11)	40(25)	14	6g 未満	肝不全 非代償性肝硬変 慢性肝炎(代償期) 腎炎・腎不全 糖尿病性腎	各医療機関の医師の指示に従い、食事内容は個別対応とする。 低蛋白・低塩・低K・低Pを原則とする。
	1600	45(11)	45(25)	16			
	1800	50(11)	50(25)	18			
脂質 コントロール食	1400	55(16)	15(10)	14	7	急性肝炎 急性膵炎 胆のう炎 胆石症 脂質異常症	医師の指示に従い、食事内容は個別対応とする。 調理用油脂、多脂性食品が制限され和食メニュー中心。 エネルギー維持は糖質中心となるためデザートやフルーツが増える。
	1600	60(15)	20(11)	16	7		
	1800	70(15)	25(13)	18	7		

※各コントロール食の1400kcalを基として200kcal単位で増減します。

## 1400kcal 基本献立例



- 1 さつま芋のサラダ
- 2 りんごの赤ワイン煮
- 3 魚の照り焼き
- 4 ご飯
- 5 ピーマンとしらす干しの炒め物
- 6 えのき茸のみそ汁

## 米飯・全粥による調整見本



【エネルギーコントロール食の食品構成と糖尿病交換表換算表】

2024年4月

始良・伊佐地域 食料構成 エネルギーコントロール食（単位:g）					糖尿病交換表換算（1単位 80kcal）					
基準エネルギー(Kcal)		1200	1400	1600	1800		1200	1400	1600	1800
穀類	米飯	300	450	550	600	表 1	6	9	11	12
	全粥	660	990	1200	1350					
芋及び澱粉	※1	(50)	(50)	(50)	(50)					
種実類										
果実類		200	200	200	200	表 2	1	1	1	1
豆類	豆腐	100	100	100	100	表 3	4	4	4	6
魚介類		50	50	50	80					
獣鶏肉類		50	50	50	80					
卵類		50	50	50	50					
乳類		180	180	180	180	表 4	1.5	1.5	1.5	1.5
油脂類		10	10	10	10	表 5	1	1	1	1
緑黄色野菜	※2	120	120	120	120	表 6	1	1	1	1
淡色野菜	※2									
きのこ類		230	230	230	230					
藻類										
調味料及び香辛料	麦味噌	10	10	10	10	調味料	0.8	0.8	0.8	0.8
砂糖及び甘味料		10	10	10	10					
調理加工食品類	※3					その他	-	-	-	
菓子類	※3									
嗜好飲料類	※3									
単位計							15	18	20	23
Kcal							1200	1440	1600	1840

- ※1 粥食・パン・麺類・芋類など同じグループの食品を使う場合、もしくは代替食とする場合 調整が必要となる。
- ※2 野菜は淡色野菜・緑黄色野菜を組み合わせる。海藻類(乾 5g)・きのこ類(25g)程度は毎日使用するほうが望ましい。
- ※3 嗜好的に使う食材は 1 回の使用量に注意する。
- ※4 健康日本 21（第3次）目標値参照（果物 200g 塩分 7g）

資料に関するお問い合わせ  
始良・伊佐地域振興局管内給食施設連絡協議会  
E-Mail [info@aiq-ic.com](mailto:info@aiq-ic.com)