



形態別調理のポイント （素材別）



I 調理時における 心構え

1 調理法の配慮【主に調整食】

- ① 切る 一口で食べられる大きさ以下に切る
- ② 煮る 食材の硬さを無くすよう長く加熱する
蒸す（普通食も通常よりも長く加熱する）
- ③ 焼く 食材により焼き調理後に出汁で煮る
- ④ 揚げる 揚げ調理後に出汁で煮る
- ⑤ 炒める 水分を多めにし、炒め煮にする

2 食形態調整食の種類と形状

- ① 初期食 I プレーンヨーグルト状
- ② 初期食 II カスタードクリーム状
- ③ 中期食 I II マッシュポテト状
舌で押しつぶすことができる
- ④ 後期食 I かぼちゃの煮物状
まとまって柔らかい状態
- ⑤ 後期食 II 煮込みハンバーグ状
箸で切れる一口大の大きさ

3 アレルギー食の 食材対応例

① 卵、乳 除去食



② その他 無配膳



4 とろみ剤について

① ウルトラス寒天

滑らかな口触りで融点が低く、体温で溶ける
汁寒天、牛乳寒天、デザートに使用（選択式）

② アガー寒天

プルンとした食感

とろみ調整用寒天、デザートに使用（選択式）

5 調整食調整時の配慮

- ① 食材は、スプーンに載る大きさに切る
- ② 滑らかさは、炭水化物(粥・澱粉)・寒天などで補う
- ③ とろみや硬さ等の調整を行う場合には、寒天を使う
- ④ 食べやすい料理法(蒸す・煮る)で調理する
- ⑤ 食材の味や性質を生かす
- ⑥ いろいろな食材を使用する



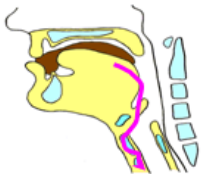
6 食材の性質と調理工夫点

- ① 硬い・弾力性のある食材
 - 食材を厚みのある千切りにし、長時間かけて煮ると柔らかくなる。
 - 6mm x 6mm
- ② パサパサしている食材
 - つなぎとなる食材(米粥・寒天液・コーンスターチ・いも類等)を加えると、なめらかになる。
- ③ 口の中にくっつきやすい食材
 - 寒天液や米粥などを加えると、食材の粘度性を抑えられる。

7 摂食時の誤嚥防止への指導確認

安心、安全な美味しい給食提供にするためには、食事中にむせることが多い児童生徒に対して、嚥下指導が求められる→給食時における給食指導の一つとして捉えている

誤嚥の解説図



この摂食指導で、「給食」が生きた教材としての役割を果たし、調整食提供も給食運営の一つであると認識しています。

- ・うまく飲み込めないと嚥下障害を起こす。
- ・食べ物が食道(背骨側)に行かずに気管(図の前側)に入って(誤嚥)むせる状態を起こす。

8 形態別調整食の画像

本日の給食献立を食形態別に調理し、弁当箱に盛り付けた状態

- ① 初期食 I II
 - ・麻婆豆腐丼
 - ・ほうれん草の中華炒め
 - ・厚焼き卵の味噌ソースかけ
 - ・オニオンスープ
- ② 中期食 I
- ③ 中期食 I
- ④ 後期食 I
- ⑤ 中期食 & 後期食 I
 - 「厚焼き卵」を回転釜で蒸し、ミキサー機で細かくした状態
- ⑥ 後期食 II