

食事開始
1日目

食事開始
2~4日目

食事開始
5~7日目

食事
朝昼夕



流動食

- ・重湯
- ・汁物
- ・栄養補助飲料



分粥食～米飯食

- ・主食（三分粥・五分粥・七分粥・全粥・米飯）
- ・さけの白ワイン蒸し
- ・小松菜のソテー
- ・じゃが芋と人参のサラダ
- ・果物

捕食
10時



・ポタージュスープ

<補食とは>

食事で不足する栄養素を1日3回の補食で補います。
補食には、手軽に準備出来て衛生的な個別包装の食品がおすすめです。

捕食
15時



- ・栄養補助飲料
（鉄・亜鉛強化）

※不足しやすいビタミン
やミネラルを補います



- ・ヨーグルト

※お腹の働きを助けます



- ・ワッフルと野菜ジュース

※この時期から軽食に近い
形態にして、エネルギー
を補います

捕食
20時



- ・栄養補助飲料
（オリゴ糖飲料、又はアミノ酸飲料）

※就寝前は消化吸収が早い飲料がおすすめです