

〈 あけあい会の食事について 〉

あけあい会では法人全施設に統一献立を導入しています。

同じ献立を導入することで各施設から上がる問題点等を全施設で共有し、より良い食事提供に努めています。

献立には旬の食材を取り入れ季節を感じられるよう心がけています。また毎月 1 日の昼食には赤飯を提供し、食事を通して月の替わりをお知らせしています。

〈献立の一例〉

	日	月	火	水	木	金	土
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	かに雑炊	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁（じゃが芋）	みそ汁（南瓜）	みそ汁（山菜）	みそ汁（麩）	みそ汁（舞茸）	みそ汁（はんぺん）	みそ汁（もやし）
	細切り昆布と竹輪の煮物	切干大根の煮物	白菜の煮浸し	高野豆腐の念め煮	ひじきの炒め煮	玉ねぎの卵とじ	糸こんにゃくの炒め煮
	きゅうり漬	白菜漬	かぶら漬	牛乳	みぶな漬	ふりかけ	たくあんづけ
	牛乳	牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	野菜ジュース
昼食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	うな丼
	赤魚の南蛮蒸し	牛肉の柳川風	刺身盛り合わせ	豚肉の生姜煮	天ぷら盛り合わせ	鶏肉の味噌焼き	お吸い物（あおさ）
	里芋の煮物	みそ汁（かぶ）	茶碗蒸し	にら玉汁	お吸い物（とろろこんぶ）	切干大根の炒め煮	かぶと海老の薄く煮
	春雨の酢の物	キャベツの甘酢和え	厚揚げの炊き合わせ	ごぼうとれんこんの柔らか煮(あ)	ほうれん草のごま和え	三つ葉の酢の物	なばなのお浸し
	いちご	バナナ	小松菜のお浸し	わかめのごま風味サラダ	アップルゼリー	黒糖豆乳パハロア	キウイフルーツ
	メープルヨーグルト	プレーンヨーグルト	みかん	メープルヨーグルト	しば漬	日の菜漬	
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	あぶたま煮	かじきのカラメルソース	鶏肉の照り焼き	たらの梅味噌焼き	青椒牛肉絲	かれいの煮付け	豚肉と舞茸の重ね焼き
	豚汁	がんもどきの煮付け	みそ汁（さつま芋）	蒸しシュウマイ	じゃが芋の旨煮	みそ汁（厚揚げ）	焼き豆腐の炊き合わせ
	春菊のお浸し	マカロニサラダ	もずく酢	チンゲン菜のおかか和え	ブロッコリーのサラダ	白菜の和え物	長芋の梅肉和え
	牛乳寒天	野菜菜漬	りんごヨーグルト	カルピスレモンゼリー	いちごヨーグルト	はちみつヨーグルト	あんずヨーグルト

〈毎月 1 日の昼食〉



〈行事食の昼食〉



〈 ソフト食の取り組みについて 〉

高齢者施設の食事は栄養価に配慮し、安全な食事形態であることが重要視されますが、キザミ食やミキサー食では「何を食べているがわからない。」「見た目が悪い」といった問題点が多くあげられています。これらの問題点から安全な食事形態であること、また安全だけでなく「食の楽しみ」も考慮した食事の提供を目標とし、サービスの質の向上、安全で見た目も美味しいソフト食の提供を進めています。

※当法人ではブラストチラー（急速冷凍）・真空包装機を利用してソフト食を作成し、提供する形を取っています。



◆ソフト食とは・・・

ソフト食とはミキサーにかけた後、ゲル化剤を加えて固め、形成したものをいいます。形はありますが舌で押しつぶせる硬さです（すでに食塊（食べ物を噛み砕き、唾液と混ぜ合わせて出来た飲み込む前の塊のことをいいます）になっているため口の中に食物残渣が残り難く、さらにゼリー状であるため滑りが良く、嚥下（飲み込み）しやすい状態になっています。食べやすく、見た目も美味しい食形態です。

◆ふつう食との比較

ふつう食



ソフト食

