

※食事の回数：1日3回食+おやつ

完了期の1回量の目安量

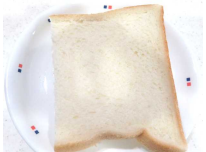
★炭水化物★
どれか一つ選んで使う



軟飯 80~100g



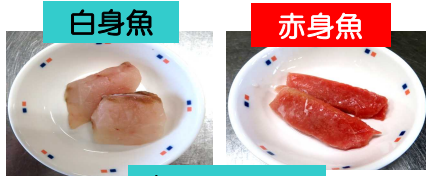
うどん



食パン



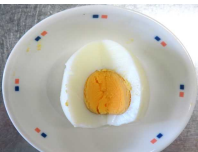
★たんぱく質★
どれか一つ選んで使う



魚 15~20g



赤身肉 15~20g



全卵 2/3~1個



大豆製品 40g

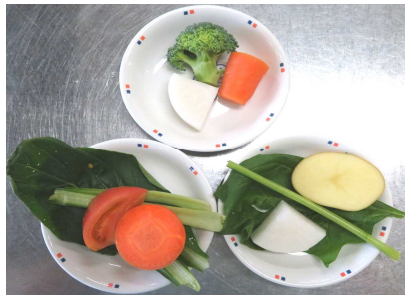


乳製品 100g



★ビタミン・ミネラル★
どれか一つ選んで使う

野菜 40~50g
様々な組み合わせで



1日分の野菜



果物 60g

※衛生面に十分に配慮して食べやすく調理したものを与える。