

いつもの食事が 食べづらい方へ

 **キューピー**
やさしい献立 ・ 栄養補給食



家族みんなが 笑顔になる食卓を。

食卓を家族で囲むひとときを、

いつまでも大切にしてほしい。

介護食をつくる手間を減らし

「いっしょにうれしい」時間を過ごしてほしい。

キューピーの介護食はそんな思いから生まれました。

野菜を切って、炒め、コトコト煮込む…

目指しているのは、家庭でつくるような味。

安心できるおいしさと便利さに

拘った「やさしい献立」を、

いつもの食卓に。

やさしい献立 3つの特長

キューピーは、1998年に日本で初めて市販用介護食を発売しました。やさしい献立は、キューピーグループが永年の商品づくりで培ってきた日本人の味覚に合う味づくり、ベビーフードの製造技術、健康・病院向け食品分野の経験を融合して出来上がっています。

特長1 食べやすさ

肉や魚介はふっくらやわらかく、まとまりやすい食感にするために、オリジナルで食材をブレンド（やわらか製法）したり、野菜は素材ごとにひと手間



多く煮込むなど下処理・下調理にも拘っています。食材の持つおいしさをいかしつつ、かむ力・飲み込む力に合う4段階の食べやすさをお届けします。



特長2

おいしさ

野菜や肉・魚介
それぞれの素材

に合わせて炒める、煮るなどうま味を引き出す調理法を選択。加熱殺菌をしても、素材が持つおいしさが引き立つように、かつおや昆布のうま味が詰まったエキスを配合。素材、調理への拘りが、やさしい塩加減（100g当たりの食塩相当量1.0g以下）ながら、しっかりとした味、満足感のある味わいをうみだしています。

特長3

選びやすさ

食事は毎日のことだから、好みに合わせて選べるバリエーションにも

拘りました。主食・主菜はもちろん、副菜からデザートまで、毎日の献立のメインに、もう一品欲しい時に。毎日の食事を選ぶたのしみ、食べるたのしみを広げるラインアップです。



「やさしい献立」は？

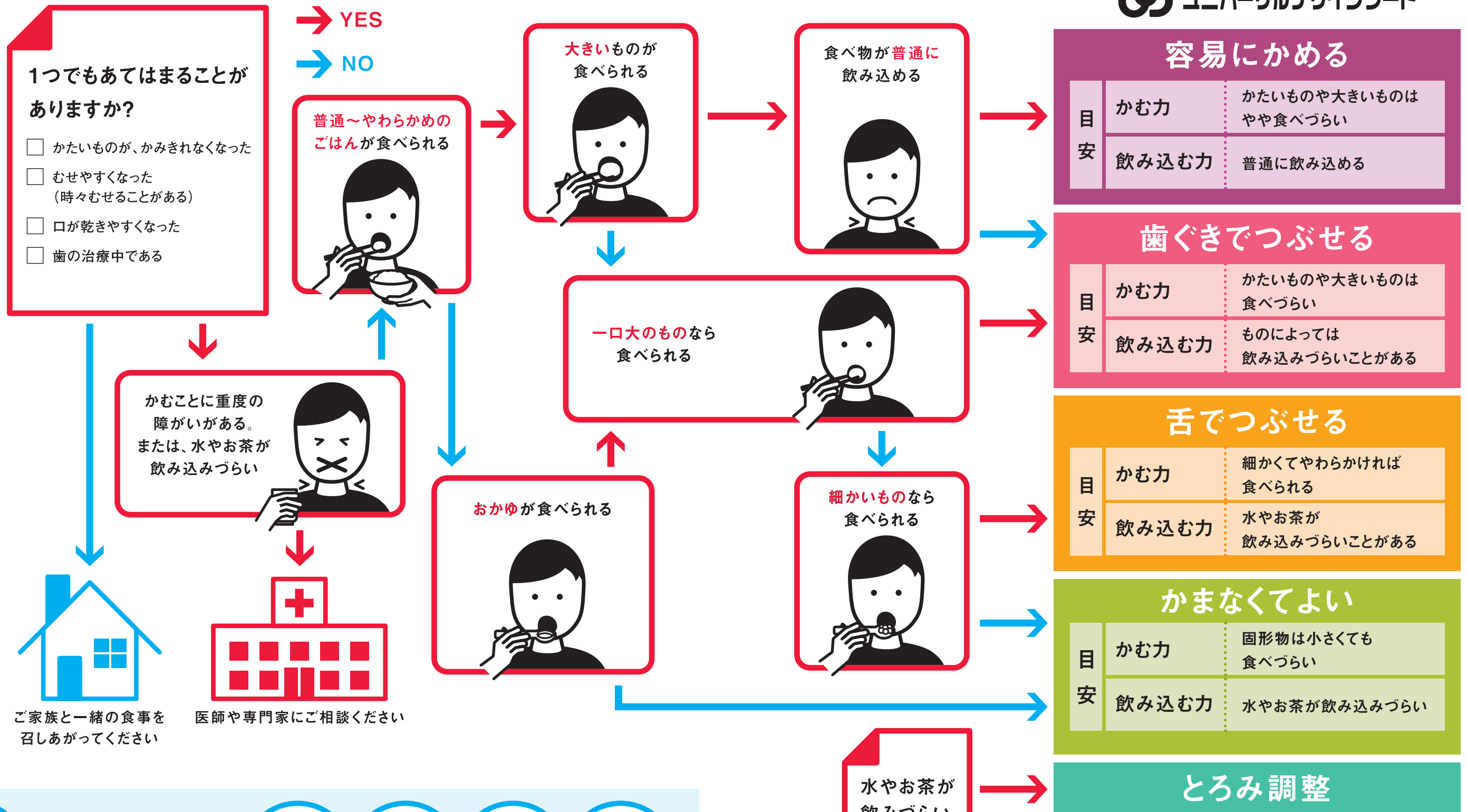


キューピー「やさしい献立」は日常の食事から介護食まで幅広くお使いいただけるユニバーサルデザインフードの基準に準拠した食品です。かむ力・飲み込む力に合わせて選べるよう「かたさ」や「粘度」に応じて区分されています。

日本介護食品協会ホームページwww.udf.jp



ユニバーサルデザインフード



食事について、
こんな悩みのある方は
P11～へ

カルシウム
不足が
気になる

水分の
不足が
気になる

エネルギーや
たんぱく質の
不足が気になる

栄養
バランスを
整えたい

※日本介護食品協会による区分

参考文献:日本医療企画「新家庭介護の食事」、新企画出版社「おとしよりに選ばれる食事」

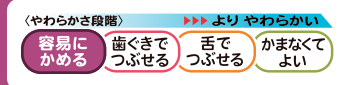
🍲 容易にかめる

具材の形を残しながらも、スプーンなどでかんたんにつぶせるくらいにやわらかく調理しています。



加熱してもやわらかな食感。スプーンでもかんたんに切ることができます。

やわらかな食感のごろっと大きめの具材や彩り豊かな野菜が入っています。



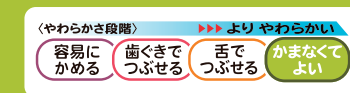
🍲 歯ぐきでつぶせる

適度な大きさの具材を歯ぐきでつぶせるくらいにやわらかく調理し、とろみをつけて食べやすく仕上げています。



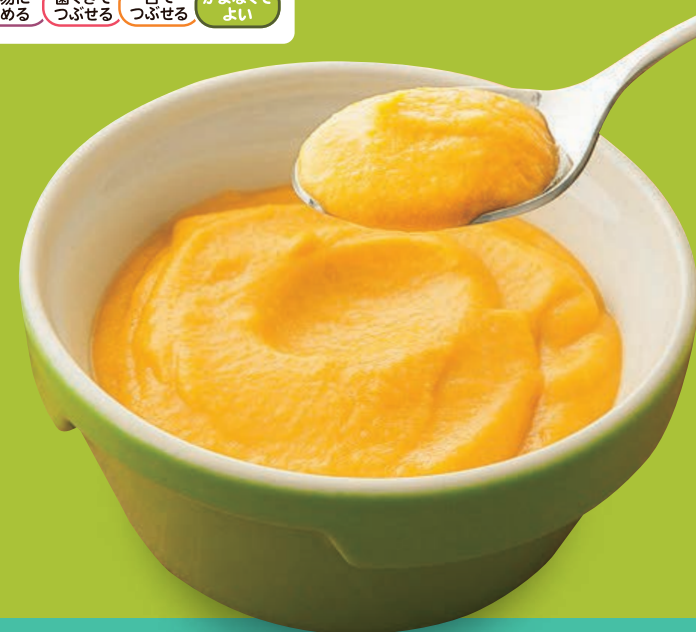
食べやすいようにとろみをつけています。

一口大に切った食べやすい具材がたっぷり。彩りもよく仕上げています。



🍲 かまなくてよい

素材やメニュー本来の風味をいかし、ペースト状に調理しました。なめらかな食感で口あたりもやさしく仕上げています。



素材本来の風味と鮮やかな彩りをいかしました。

🍲 舌でつぶせる

細かな具材を舌でつぶせるくらいにやわらかく調理し、とろみをつけて食べやすく仕上げています。



具材は細かく、やわらかく調理し、とろみをつけています。

具材と水分が分離せず、まとまりのある食べやすさです。



🍲 とろみ調整

食べ物や飲み物に加えて混ぜるだけで、適度なとろみをつけることができる食品です。



飲み物だけではなく、料理にも幅広く使えます。



🍴 容易にかめる 【全6品】

具材の形を残しながらも、スプーンなどで
かんたんにつぶせるくらいにやわらかく調理しています。

おかず 和

参考小売価格 各**190**円(税抜)、各**206**円(税込)



おかず 洋

参考小売価格 各**190**円(税抜)、各**206**円(税込)



🍴 舌でつぶせる 【全21品】

細かな具材を舌でつぶせるくらいにやわらかく調理し、
とろみをつけて食べやすく仕上げています。

やわらかおかず 和

参考小売価格 各**160**円(税抜)、各**173**円(税込)



特許第5461901号

参考小売価格 **190**円(税抜)、**206**円(税込)



参考小売価格 **230**円(税抜)、**249**円(税込)



やわらかおかず 洋

参考小売価格 **160**円(税抜)、**173**円(税込)



やわらかおじや

参考小売価格 **190**円(税抜)、**206**円(税込)



特許第6333623号

やわらかごはん(7分がゆ相当)

お米の香りと甘みをいかした
食べやすいやわらかごはんです。
お米と水分が分離せず、
ばさつきや粘りが
出ないよう
炊きあげました。

参考小売価格
160円(税抜)
173円(税込)



雑炊

参考小売価格 各**160**円(税抜)、各**173**円(税込)



3つの
こだわり

- ①素材:焼津産かつお節のだし、国産コシヒカリ使用
- ②栄養:不足しがちなカルシウム145mg入り
- ③製法:ぺたつかず食べやすい口あたり

カップタイプ

カップのままレンジで加熱できます。参考小売価格 各**260**円(税抜)、各**281**円(税込)



🍴 歯ぐきでつぶせる 【全10品】

適度な大きさの具材を歯ぐきでつぶせるくらいにやわらかく
調理し、とろみをつけて食べやすく仕上げています。

おかず 和

参考小売価格 各**190**円(税抜)、各**206**円(税込)



おかず 洋

参考小売価格 **190**円(税抜)、**206**円(税込)



おじや

参考小売価格 各**190**円(税抜)、各**206**円(税込)



特許第6333623号

特許第6333623号

特許第6333623号

特許第6333623号

麺

参考小売価格 **190**円(税抜)、**206**円(税込)



🍴 かまなくてよい 【全14品】

素材やメニュー本来の風味をいかし、ペースト状に調理しました。
なめらかな食感で口あたりもやさしく仕上げています。

なめらか野菜

参考小売価格 各**160**円(税抜)、各**173**円(税込)



なめらかおかず

参考小売価格 各**160**円(税抜)、各**173**円(税込)



なめらかごはん(7分がゆ相当のペースト)

お米をふっくらやわらかく炊きあげて素材本来の甘みをひきだした
なめらかごはんです。食べやすく、まとまりのある仕立てです。

参考小売価格 **190**円(税抜)、**206**円(税込)



すりおろし果実(果肉74~94%)

果肉をきめ細かくすりおろしてなめらかに仕上げました。
果汁が分離せず食べやすいデザートです。

参考小売価格 各**190**円(税抜)、各**206**円(税込)





消費者庁許可
とろみ調整用食品

とろみファイン

許可表示 本品は、えん下(飲み込み)を容易にし、誤えんを防ぐことを目的にした食品です。えん下が難しい方のとろみの調整に適しており、水・お茶・濃厚流動食を飲み込みやすく、食事をまとまりやすくします。

溶けやすくダマにならない。

- すばやくかき混ぜなくても、すぐ溶けてなめらかなとろみがつきます。
- ホットでもアイスでも、少量かつ加熱不要でとろみがつきます。

おいしさそのまま。

- 透明感のある仕上がりです。
- 飲み物や食べ物の味、香りを変えません。

食事全般に使えます。

- 飲み物、食べ物を選ばず幅広く使えます。
- 時間が経っても、とろみの状態が安定しています。

使用方法

〈飲み物の場合〉

飲み物などに本品を加え、**しっかりかき混ぜて**ください。
その後、とろみがつくまで時間をおいてください。

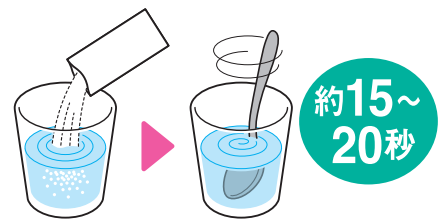
※濃厚流動食はとろみがつくまでに時間がかかります。本品を加え、
しっかりかき混ぜてから5分後に、もう一度かき混ぜてください。



参考小売価格
2,840円(税抜)、3,068円(税込)
● 大容量で
もっと使える400回
(水150mℓに段階1
薄いとろみをつけた場合)

参考小売価格
1,480円(税抜)、1,599円(税込)
● 好きな量が使える

参考小売価格
960円(税抜)、1,037円(税込)
● 計量いらず
● いつでもどこでも
使いやすい



〈食べ物の場合〉

◎きざみ食に使用する場合は、あらかじめとろみをつけた水分(だし汁など)を、きざみ食と混ぜてください。

◎ミキサー食に使用する場合は、本品と食品と一緒にミキサーにかけてください。

＊本品は10℃～45℃の食品に使用することに適しています。とろみの状態は液状食品の種類、温度、時間の経過により変化することがありますので、確認してから召しあがってください。

＊とろみが強すぎると飲み込みづらくなることがありますので、ご注意ください。

＊とろみが弱い場合は、より強めにとろみをつけた水分(飲み物、だし汁など)を別に作って加えてください。後から本品のみを加えると、ダマになる場合があります。**のどを詰まらせる恐れがありますので、ダマができた場合は召しあがらないでください。**

＊飲み込む力には個人差がありますので、本品をご使用の際は、医師、歯科医師、管理栄養士、薬剤師、看護師、言語聴覚士などの相談指導を得て使用してください。

時間の目安(かき混ぜてから、とろみがつくまで)

	0	5	10	15	20(分)
水・お茶					
牛乳					
みそ汁					
濃厚流動食					※

※濃厚流動食は、しっかりかき混ぜてから5分後に、もう一度かき混ぜた場合

とろみの目安(使用量)

学会分類	段階1 薄いとろみ	段階2 中間のとろみ	段階3 濃いとろみ
粘度(mPa・s)	50—150	150—300	300—500
使用量の目安	水・お茶・牛乳・みそ汁 1本(1.5g) 	2本(3.0g) 	3本(4.5g) 
	濃厚流動食 1本(1.5g) 	1本半(2.25g) 	2本(3.0g) 

※日本摂食嚥下リハビリテーション学会「学会分類2021(とろみ)早見表」を一部改変したものです。

容易にかめる

品番	商品名	識別記号	内容量	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	糖質(g)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)	灰分(g)	水分(g)	ナトリウム(mg)	カリウム(mg)	カルシウム(mg)	リン(mg)	鉄(mg)	賞味期間	学会分類コード(相当)
22349	鶏だんごの野菜煮込み	Y1-4	100g	47	3.2	1.3	5.6	4.9	0.7	1.0	1.7	88.2	395	100	163	25	0.2	25ヵ月	4
18986	海老だんごのかきたま	Y1-6	100g	41	2.5	1.1	5.5	5.0	0.5	1.0	1.4	89.5	399	54	124	36	0.2	25ヵ月	4
36834	煮込みハンバーグ	Y1-8	100g	75	3.8	2.8	9.1	8.0	1.1	0.8	1.5	82.8	298	224	143	48	0.4	25ヵ月	4
18992	貝柱のマカロニグラタン	Y1-10	100g	97	2.3	6.5	7.5	6.9	0.6	0.7	1.3	82.4	279	88	170	43	0.1	25ヵ月	4
36402	鶏と野菜のシチュー	Y1-14	100g	92	4.0	5.6	6.8	6.1	0.7	0.8	1.3	82.3	327	69	139	42	0.2	25ヵ月	4
22353	肉じゃが	Y1-19	100g	64	2.6	1.5	9.9	9.3	0.6	0.8	1.1	84.9	316	121	3	22	0.2	25ヵ月	4

歯ぐきでつぶせる

品番	商品名	識別記号	内容量	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	糖質(g)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)	灰分(g)	水分(g)	ナトリウム(mg)	カリウム(mg)	カルシウム(mg)	リン(mg)	鉄(mg)	賞味期間	学会分類コード(相当)
36837	おじや 親子丼風	Y2-3	160g	112	5.1	4.2	13.9	13.1	0.8	1.1	1.6	135.2	434	107	123	77	0.5	25ヵ月	4
20119	おじや 鮭大根	Y2-4	160g	94	4.5	1.4	17.5	14.1	3.4	1.1	1.3	135.4	454	77	13	45	0.6	25ヵ月	4
20121	おじや 牛すき焼き	Y2-5	160g	149	6.1	6.1	18.0	17.0	1.0	1.3	1.8	128.2	498	106	141	90	0.8	19ヵ月	4
64481	おじや 鶏ごぼう	Y2-7	160g	113	4.6	4.0	15.8	13.6	2.2	1.3	1.4	134.2	507	64	8	42	0.3	25ヵ月	4
36838	けんちんうどん	Y2-8	120g	76	3.2	2.9	9.7	8.9	0.8	0.9	1.2	103.0	367	85	12	37	0.2	25ヵ月	4
64484	鮭と野菜のかきたま	Y2-11	100g	65	3.6	1.9	9.4	7.4	2.0	0.8	1.2	83.9	300	108	111	49	0.3	19ヵ月	4
20143	すき焼き	Y2-15	100g	93	5.1	4.3	8.6	8.1	0.5	1.0	1.6	80.4	391	140	150	68	0.6	19ヵ月	4
20144	貝柱の彩りかきたま	Y2-16	100g	35	3.3	1.4	2.5	2.0	0.5	0.9	1.5	91.3	363	123	153	59	0.3	19ヵ月	4
20149	海老と貝柱のクリーム煮	Y2-19	100g	95	3.8	5.6	7.8	7.0	0.8	0.7	1.2	81.6	272	120	124	57	0.1	19ヵ月	4
64485	肉じゃが	Y2-20	100g	80	3.1	3.0	11.2	9.1	2.1	0.7	1.3	81.4	268	198	125	41	0.4	19ヵ月	4

舌でつぶせる

品番	商品名	識別記号	内容量	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	糖質(g)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)	灰分(g)	水分(g)	ナトリウム(mg)	カリウム(mg)	カルシウム(mg)	リン(mg)	鉄(mg)	賞味期間	学会分類コード(相当)
63109	やわらかおかず かぼちゃの含め煮	Y3-1	80g	59	1.0	0.3	13.7	12.3	1.4	0.4	1.1	63.9	162	173	154	22	0.2	25ヵ月	3
63111	やわらかおかず 肉じゃが	Y3-2	80g	57	1.4	1.8	8.7	7.9	0.8	0.5	1.0	67.1	211	146	122	22	0.2	25ヵ月	3
63122	やわらかおかず 大根の鶏そぼろあん	Y3-3	80g	24	1.1	0.2	5.8	3.3	2.5	0.6	1.0	71.9	242	58	92	9	0.0	25ヵ月	3
29932	やわらかごはん	Y3-8	150g	87	1.1	0.2	20.3	20.0	0.3	0	0	128.6	2	17	5	12	0.2	25ヵ月	3
63124	やわらかおじや 鶏とたまご	Y3-10	150g	82	2.6	1.4	14.7	14.4	0.3	0.9	1.1	130.2	344	53	6	33	0.3	25ヵ月	3
20243	やわらかおかず うなたま	Y3-13	80g	55	3.1	2.8	4.5	4.4	0.1	0.7	0.9	68.7	280	76	21	52	0.2	25ヵ月	3
20251	やわらかおかず さつまいもと豆のきんとん	Y3-14	80g	72	1.0	0.8	15.9	14.6	1.3	0.2	0.7	61.5	83	128	97	24	0.2	25ヵ月	3
63127	やわらかおかず かつ煮味	Y3-32	80g	51	2.9	1.4	6.8	6.5	0.3	0.8	1.3	67.6	297	51	148	30	0.2	25ヵ月	3
22158	やわらかおかず 豚汁	Y3-33	100g	52	1.9	2.7	5.5	4.3	1.2	0.9	1.2	88.7	351	87	72	24	0.2	25ヵ月	3
30226	やわらかおかず たら彩りあんかけ	Y3-39	80g	42	1.6	2.2	4.2	3.6	0.6	0.5	0.7	71.3	210	84	10	18	0.2	19ヵ月	3
30227	やわらかおかず 海老グラタン	Y3-40	80g	76	1.6	5.0	6.4	5.8	0.6	0.5	1.0	66.0	204	62	131	29	0.2	25ヵ月	3
36878	やわらか親子丼風	Y3-41	130g	96	3.4	2.3	15.5	15.1	0.4	1.1	1.2	107.6	429	42	7	39	0.3	25ヵ月	3
36879	やわらかナポリタン	Y3-42	130g	96	3.4	1.8	16.5	15.3	1.2	1.1	1.4	106.9	437	156	9	31	0.3	25ヵ月	3
36982	やわらか鶏釜めし	Y3-43	130g	82	2.2	0.7	16.8	16.4	0.4	1.0	1.0	109.3	374	36	4	21	0.1	25ヵ月	3
36983	やわらかチャーハン	Y3-44	130g	105	3.5	2.7	16.6	16.5	0.1	1.1	1.2	106.0	421	40	4	31	0.3	25ヵ月	3
36984	やわらかオムライス風	Y3-45	130g	101	3.4	1.6	18.3	17.4	0.9	0.7	1.0	105.7	294	139	14	52	0.7	25ヵ月	3
36985	やわらかカレーライス	Y3-46	130g	105	2.3	2.2	18.9	18.1	0.8	1.1	1.2	105.4	415	78	10	26	0.5	25ヵ月	3
54671	たまごと野菜の雑炊	Y3-47	100g	41	1.0	0.5	8.0	8.0	0.0	0.8	1.3	89.2	320	20	145	14	0.2	19ヵ月	3
54672	鶏ときのこの雑炊	Y3-48	100g	44	1.6	0.8	7.6	7.5	0.1	0.7	1.2	88.8	258	17	145	13	0.1	19ヵ月	3
27430	たまごと牛肉の雑炊	Y3-49	100g	45	1.5	0.6	8.5	8.5	0.0	0.7	1.2	88.2	264	18	145	13	0.2	19ヵ月	3
27431	たまごと鶏の雑炊	Y3-50	100g	45	1.3	0.9	7.9	7.9	0.0	0.7	1.2	88.7	259	23	145	15	0.2	19ヵ月	3

かまなくてよい

品番	商品名	識別記号	内容量	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	糖質(g)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)	灰分(g)	水分(g)	ナトリウム(mg)	カリウム(mg)	カルシウム(mg)	リン(mg)	鉄(mg)	賞味期間	学会分類コード(相当)
20268	なめらか野菜 にんじん	Y4-1	75g	74	0.9	5.4	6.4	4.6	1.8	0.4	0.8	61.5	170	105	104	18	0.1	25ヵ月	2-1
20271	なめらか野菜 グリンピース	Y4-2	75g	86	2.3	5.5	8.1	5.4	2.7	0.4	0.9	58.2	176	120	109	38	0.4	25ヵ月	2-1
20275	なめらか野菜 コーン	Y4-3	75g	87	1.3	5.7	8.6	6.4	2.2	0.3	0.8	58.7	128	113	94	30	0.2	25ヵ月	2-1
20284	なめらか野菜 かぼちゃ	Y4-4	75g	85	0.9	5.9	8.0	6.2	1.8	0.4	0.9	59.3	176	150	96	17	0.2	25ヵ月	2-1
20292	なめらかおかず 大豆の煮もの	Y4-9	75g	75	3.9	3.1	8.8	6.9	1.9	0.6	1.1	58.2	247	105	105	49	0.5	25ヵ月	2-1
56278	なめらかおかず うぐいす豆	Y4-10	75g	65	2.0	1.3	12.5	10.0	2.5	0.2	0.5	58.7	80	77	98	30	0.5	19ヵ月	2-1
47218	なめらかおかず 鶏肉と野菜	Y4-6	75g	77	3.6	5.3	4.0	3.5	0.5	0.5	0.8	61.4	207	99	50	41	0.2	25ヵ月	2-1
47219	なめらかおかず 豚肉と野菜	Y4-15	75g	75	2.4	5.4	4.5	3.8	0.7	0.6	0.8	62.0	222	76	49	31	0.2	25ヵ月	2-1
47220	なめらかおかず 鮭と野菜	Y4-16	75g	52	2.1	3.3	3.7	3.2	0.5	0.7	0.9	65.0	257	58	48	25	0.2	25ヵ月	2-1
47221	なめらかおかず 白身魚と野菜	Y4-17	75g	58	2.5	3.2	5.0	4.5	0.5	0.6	0.8	63.5	247	53	47	24	0.2	25ヵ月	2-1
30251	なめらかおかず 牛肉じゃが	Y4-21	75g	91	1.6	6.8	6.1	5.6	0.5	0.5	0.9	59.6	215	125	45	23	0.2	25ヵ月	2-1
29929	なめらかごはん	Y4-14	150g	79	1.2	0.3	18.2	17.6	0.6	0	0	130.4	3	21	6	17	0	19ヵ月	1j
25833	すりおろし果実 りんご	Y4-11	100g	55	0.2	0	14.2	12.7	1.5	0	0.2	85.4	0	81	—	10	0.1	12ヵ月	2-1
25834	すりおろし果実 ももとりんご	Y4-12	100g	66	0.3	0	16.9	15.7	1.2	0	0.2	82.6	0	70	—	9	0.2	12ヵ月	2-1

とろみ調整

品番	商品名	識別記号	内容量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	糖質 (g)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)	灰分 (g)	水分 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	賞味期間	学会分類 コード(相当)
54471	とろみファイン ※1	Y5-17	1.5g × 50本	5	0.008	0	1.3	1.0	0.3	0.046	0.1	0.1	18	17	0	0	0.0	24ヵ月	—
54473	とろみファイン ※2	Y5-18	300g	304	0.6	0	86.6	64.4	22.2	3.0	4.6	8.2	1195	1153	20	11	0.4	24ヵ月	—
54477	とろみファイン ※2	Y5-19	600g	304	0.6	0	86.6	64.4	22.2	3.0	4.6	8.2	1195	1153	20	11	0.4	24ヵ月	—

食事について、こんな悩みはありませんか？



カルシウム不足が気になる

栄養機能食品

キユーピー 元気な骨

参考小売価格 250円(税抜)、270円(税込)
良質なカルシウムの「卵殻カルシウム」を使用。お米を炊く際に入れるだけで手軽にカルシウムが補給できます。
※味や状態が変化することがあるため、酸味のある料理には使用しないでください。



ごはん150g(お茶わん約1杯)当たり
カルシウム約100mg
(2合に1袋使用時)



エネルギーやたんぱく質の不足が気になる

栄養補給パウダー

ジャンプ ワンステップミール 料理に混ぜる栄養パウダー

参考小売価格 1,150円(税抜)、1,242円(税込)
料理に混ぜるだけで手軽に栄養補給ができます。



1袋当たり
たんぱく質3g
エネルギー27kcal



特許第6103989号

エネルギー補給用ドリンク

ジャンプ ハイカロ160 ドリンク

参考小売価格 各145円(税抜)、各157円(税込)
すっきりした甘さのエネルギー補給用ドリンクです。
ゆっくり吸収される糖質「パラチノース」を配合しています。



ジャンプとは、食事に配慮が必要な方々においさと栄養機能を両立した商品を提供することにより「食べるよろこび 食べてもらうよろこび」を実現するブランドです。



水分の不足が気になる

水分補給用ゼリー



ジャンプ ゼリー飲料

参考小売価格
各165円(税抜)、各179円(税込)



食物繊維とオリゴ糖を加えた、おなかにやさしい水分補給用ゼリーです。



栄養バランスを整えたい

栄養機能食品



ジャンプ 栄養サポート食品 ファインケア

参考小売価格 各210円(税抜)、各227円(税込)
少量で必要な栄養をしっかり摂れる総合栄養飲料。バラエティ豊かな9つのフレーバーで毎日の栄養をサポートします。
※1日3本を目安にお飲みください。

ほどよい甘さ
ファインケア



いちご味



コーヒー味



バナナ味



おしるこ味

甘さひかえめ
ファインケア
(すっきりテイスト)



ピーチ味



ブルーベリー味



ミルク味



エスプレッソ味



フルーツミックス味

1本当たりの栄養量

■エネルギー 200kcal
バナナ 約2.5本分
※可食部1本90gとして計算



■たんぱく質 7.5g
牛肉 約45g分
※「和牛肉・かたロース・赤身・生」との比較



■鉄 4.0mg
ほうれんそうのお浸し 約6皿分
※1皿を80gとして計算



■亜鉛 2.3mg
しじみ 約110個分
※可食部1個1gとして計算



参照:日本食品標準成分表2015

キユーピー 元気な骨																			
※3 栄養成分値は1日の摂取目安量6.25mℓ当たり																			
品番	商品名	内容量	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	糖質 (g)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)	灰分 (g)	水分 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	(アルコール) (g)	賞味期間	学会分類 コード(相当)
58585	元気な骨 ※3	10mℓ×10袋	5	0	0	0.8	—	—	0.4	1.2	5.0	148	2	340	1	0.0	(0.6)	12ヵ月	—

ジャネフ ゼリー飲料																			
栄養成分値(1袋当たり)																			

品番	商品名	内容量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	糖質 (g)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)	灰分 (g)	水分 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	ガラクトオリゴ糖 (g)	賞味期間	学会分類 コード(相当)
12910	りんご	100g	70	0	0	20.1	15.7	4.4	0.07	0	79.9	26	24	—	2	0.1	2.0	12ヵ月	2-1
12911	もも	100g	72	0	0	20.6	16.4	4.2	0.07	0	79.4	28	29	—	3	0.1	2.0	12ヵ月	2-1
12912	ぶどう	100g	56	0	0	16.6	12.3	4.3	0.08	0	83.4	31	11	—	3	0	2.1	12ヵ月	2-1
12913	コーヒー	100g	51	0	0	15.7	10.9	4.8	0.02	0	84.1	7	61	—	26	0.1	2.0	12ヵ月	2-1

ジャネフ ワンステップミール 料理に混ぜる栄養パウダー																			
栄養成分値(1袋5.5g当たり)																			

品番	商品名	内容量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	糖質 (g)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)	灰分 (g)	水分 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	賞味期間	学会分類 コード(相当)
30626	料理に混ぜる栄養パウダー	5.5g×15袋	27	3.0	1.4	0.6	—	0.02	0.04	0.07	0.4	14	11	4	2	—	12ヵ月	—

ジャネフ ハイカロ160 ドリンク																			
栄養成分値(1本当たり)																			

品番	商品名	内容量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	糖質 (g)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)	灰分 (g)	水分 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	リン (mg)	パラチノース (g)	賞味期間	学会分類 コード(相当)
39956	りんごドリンク	125mℓ	160	0	0	43.8	38.8	5.0	0	0.1	98.3	0	0	60	0	7.5	12ヵ月	—
54636	みかんドリンク	125mℓ	160	0	0	43.8	38.8	5.0	0	0.1	98.3	0	0	60	0	7.5	12ヵ月	—
39958	レモンティードリンク	125mℓ	160	0	0	43.8	38.8	5.0	0	0.1	98.1	3	19	0	1	7.5	12ヵ月	—

ジャネフ 栄養サポート食品 ファインケア(全品共通)																			
栄養成分値(1本125mℓ当たり) 賞味期間 8ヵ月																			

一般組成	エネルギー	kcal	200	ミネラル	ナトリウム	mg	140	ミネラル	亜鉛	mg	2.3	ビタミン	ビタミンA	μgRAE	350	ビタミン	ナイアシン当量 mgNE	8.0	
	たんぱく質	g	7.5		カリウム	mg	130		銅	mg	0.40		ビタミンD	μg	3.0		ビタミンB ₆	mg	0.50
	脂質	g	7.5		塩素	mg	85		マンガン	mg	0.46		ビタミンE	mg	5.0		ビタミンB ₁₂	μg	1.0
	炭水化物	g	25.6		カルシウム	mg	95		セレン	μg	6		ビタミンK	μg	13		葉酸	μg	100
	食塩相当量	g	0.4		マグネシウム	mg	25		クロム	μg	8		ビタミンB ₁	mg	0.70		パントテン酸	mg	2.40
	灰分	g	0.9		リン	mg	90		イオウ	g	0.05		ビタミンB ₂	mg	0.60		ビタミンC	mg	30
	水分	g	94.8		鉄	mg	4.0												

※学会分類コードとは、日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類2021のコードです。
医師・栄養士と相談の上、喫食者様の状態も合わせてのご判断をお願いいたします。
日本摂食嚥下リハ学会ホームページ: <https://www.jsdr.or.jp/wp-content/uploads/file/doc/classification2021-manual.pdf> 「嚥下調整食学会分類2021」を必ずご参照ください。
※特別養護老人ホームしゃんぐりら 管理栄養士 増田邦子先生監修
(日本摂食嚥下リハビリテーション学会 評議員、認定士)

おいしさ広がるアレンジレシピ



かける
だけ

調理時間
5分

エネルギー
56kcal

たんぱく質
2.7g

食塩相当量
0.6g

ブロッコリー 彩りあんかけ



材料(1人分)
ブロッコリー(冷凍) 穂先・・・40g
キユーピー やさしい献立
やわらかおかず
たらの彩りあんかけ・・・・・・ 1袋

作り方 — 食べやすくするポイント
① **ブロッコリー**は袋の表示通り解凍し、軸をとり、穂先のやわらかい部分を細かく刻む。
② 耐熱容器に**やわらかおかず**の**彩りあんかけ**を入れ、ラップをかけてレンジ(500W)で約20秒加熱する。
③ 器に①を盛りつけ、②をかける。



盛り
つける
だけ

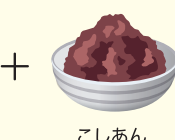
調理時間
5分

エネルギー
114kcal

たんぱく質
1.6g

食塩相当量
0.1g

とろけるお汁粉



材料(1人分)
おしるこ(市販品・こしあん)
・・・・・・・・・・・・・・・・ 80g
キユーピー やさしい献立
なめらかごはん
・・・・・・・・・・・・・・ 大さじ2 (30g)

作り方
① 器に温めた**おしるこ**を入れる。
② ①に**なめらかごはん**をカレースプーンなどで
すくって加える。



まぜる
だけ

調理時間
5分

エネルギー
21kcal

たんぱく質
1.0g

食塩相当量
0.8g

なすの 冷製あんかけ



材料(2人分)
なす・・・・・・・・・・・・ 1本
小ねぎ・・・・・・・・・・ 適量
めんつゆ(ストレート)・・・・ 50cc
キユーピー やさしい献立
とろみファイン・・・・・・ 1本(1.5g)

作り方 — 食べやすくするポイント
① ボウルにめんつゆを入れ、**とろみファイン**を加えて泡立て器などで約20秒しっかりとかき混ぜ、冷蔵庫で冷やしておく。
② なすはヘタを切り落とし、ラップで包み、レンジ(500W)で約3分加熱し、ラップをかけたまま水にとり、冷ます。粗熱が取れたらラップをはずし、食べやすい大きさに切る。
③ 器に②を盛りつけ、小ねぎを散らし、①をかける。

「キューピーやさしい献立」をつかった 1週間のやわらかメニュー

キューピー やさしい献立

よくあるご質問

お客様の声

商品
ラインアップ

レシピ

食事・
調理のコツ

UDFとは

介護食への
想い

介護食の
あゆみ

専門家の
アドバイス

医療・介護
関係者の方へ

ご購入は
こちら 

「キューピー やさしい献立」を使った1週間の献立や
アレンジレシピをご紹介します。

“1週間のやわらかメニュー”

管理栄養士が監修した、栄養バランス抜群の
1週間分のメニューをご紹介します。

必要な
エネルギーも
しっかり

組み合わせが
わかる



手軽で
作りやすい

メニューを見る →

※ホームページ画面イメージ



撮影/ixaid

献立監修：
日本在宅栄養管理学会 副理事長
中村育子 先生

介護食を全部手作りで作るのは、時間と手間がかかります。身近にある食材と介護食品を組み合わせ、時短で美味しい介護食を作ることができます。調理に不慣れな方、忙しくて時間が取りにくい方でも手軽に作りやすい1週間分の献立を用意しましたので毎日の食事の参考になさってください。

パソコンやスマホから
いつでも見られる！

「1週間のやわらかメニュー」

<https://www.kewpie.co.jp/udfood/recipe/>

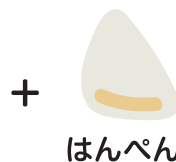
【メニュー例】



【主 食】 おじや鶏ごぼう



【主 菜】 うなたまはんぺん



【副 菜】 オクラとしらすの和え物
煮豆

※やさしい献立のアレンジレシピは、商品に記載した「やわらかさの区分」が適用されません。召しあがる方のかむ力、飲み込む力に応じて、食材のやわらかさや、大きさを調整してください。

●商品に関する詳しい情報

やさしい献立キューピー 検索

<https://www.kewpie.co.jp/udfood/>



●商品に関するお問い合わせ：キューピー株式会社 お客様相談室

0120-14-1122 9:00～17:00（土・日・祝日は除く）

●全国のドラッグストア、大型スーパー、百貨店などでお買い求めいただけます。

※一部取り扱いのない店舗がございますが、ご了承ください。

2024年1月 NP