



提供食事の塩分量(常食について)

実測値と食品成分表で計算値との比較

給食担当者紹介

担当者

管理栄養士 1名

栄養士 1名

調理師 2名

調理員 4名

計8名にて対応

食事提供先

内科病棟

デイケアかがやき

デイサービスわかくさ

職員食



塩分測定器



- デジタル塩分計

一般家庭で食品の塩分濃度(目安)を測定する装置です。水溶液中ではナトリウムイオンと塩素イオンに解離する食塩の導電率を測定することで、食塩濃度を求める方式を採用しています。測定範囲0.0~5.0%、測定精度 $\pm 0.3\%$ (0.0~2.0%の場合)



測定方法

- 給食を1品目ずつミキサーにかけ粉砕し液状になった状態のものをかき混ぜながら塩分計にて塩分測定を行う。
- 塩分計はパーセントで表示される為
重量(g) × パーセント(0.□□) = 塩分(g)
とし計算を行い食品中の塩分量とした。



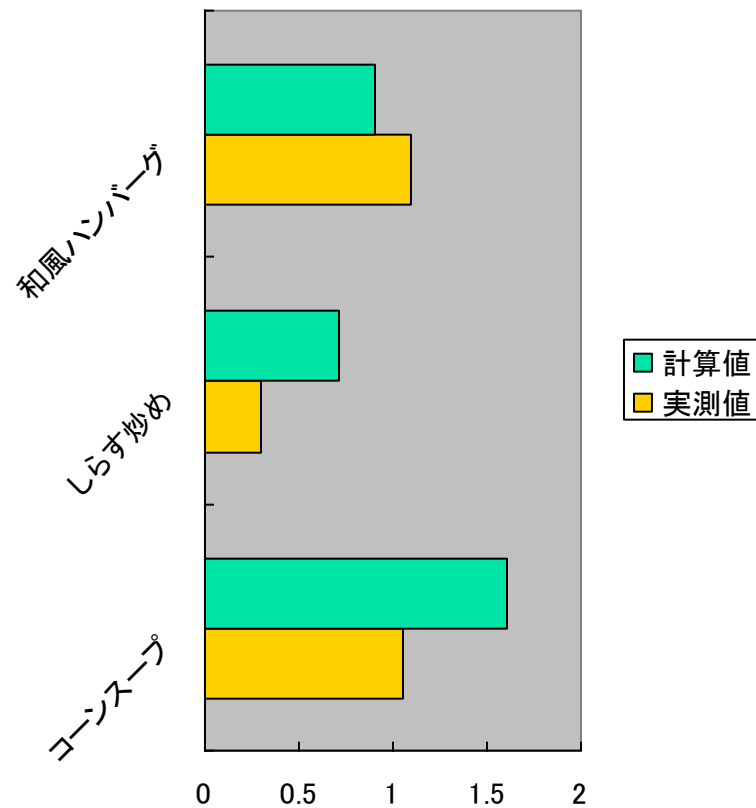
測定実施献立

1日目	赤飯 和風ハンバーグ しらす炒め 果物 コーンスープ
2日目	ごはん あじ南蛮漬け 春雨炒め 果物 味噌汁
3日目	ごはん 和風ハンバーグ かぼちゃサラダ 果物 しそそうめん汁
4日目	ごはん さばカレー揚げ 干大根煮 果物 味噌汁
5日目	ごはん トマト煮 なます 味噌汁
6日目	ごはん シーフードシチュー ツナ炒め 果物
7日目	ごはん 利休焼き あえ物 果物 わかめ汁

1日目(昼食)



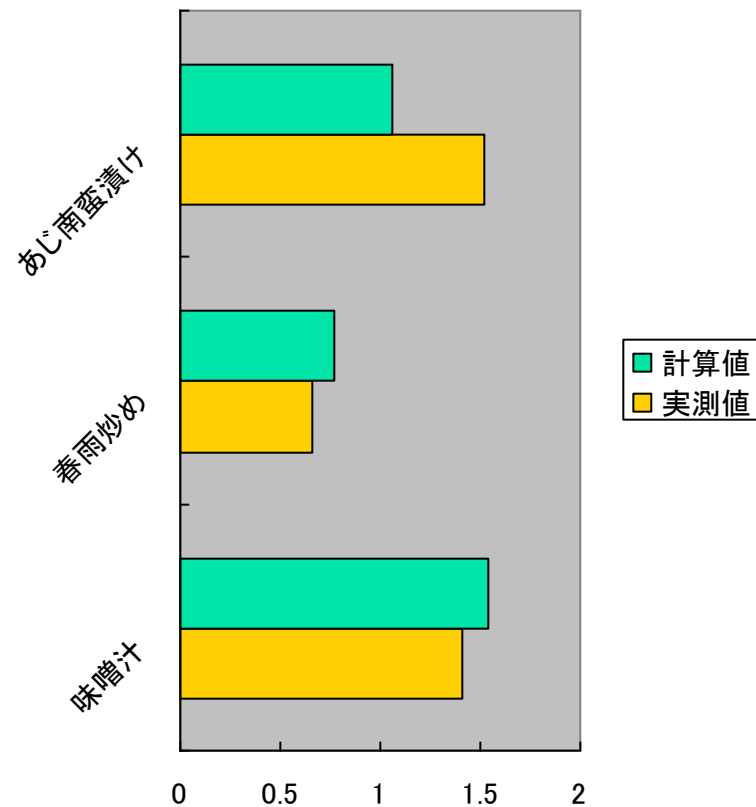
	計算値		実測値
和風ハンバーグ	0.92g	<	1.1g
しらす炒め	0.71g	>	0.3g
ヨースoup	1.61g	>	1.05g



2日目(昼食)



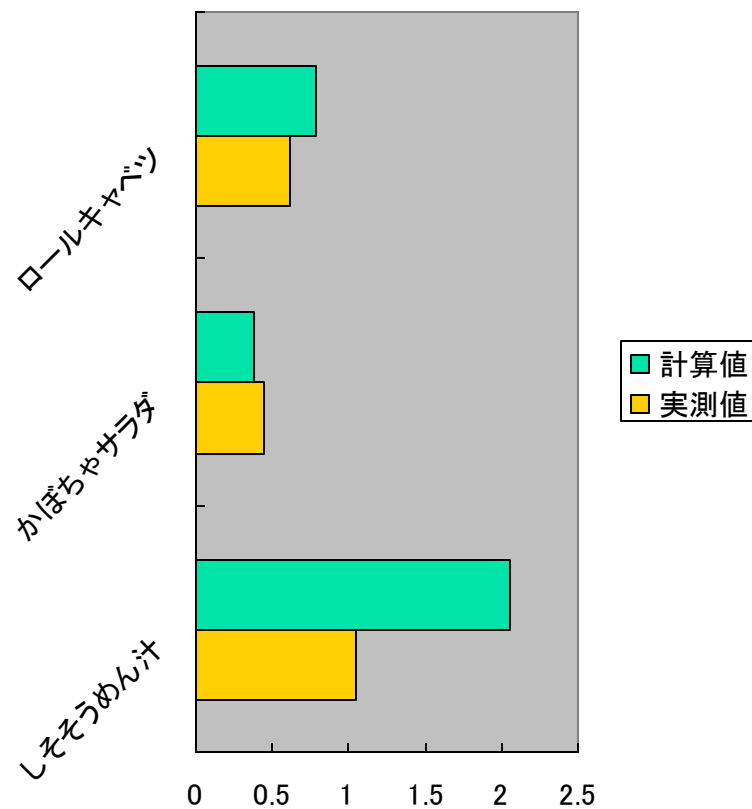
	計算値		実測値
あじ南蛮漬	1.06g	<	1.52g
春雨炒め	0.77g	>	0.66g
味噌汁	1.54g	>	1.41g



3日目(昼食)



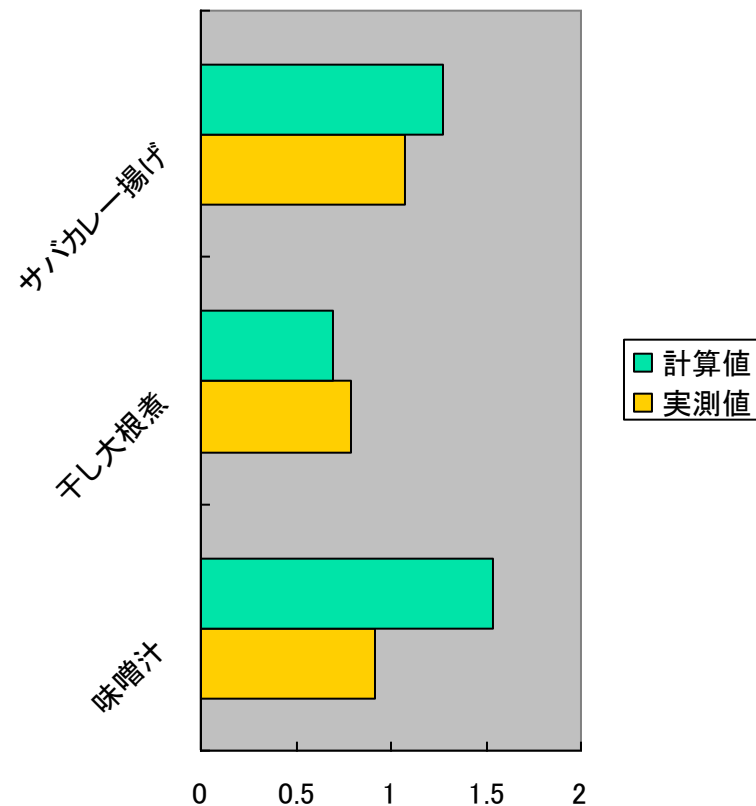
	計算値		実測値
ロールキャベツ	0.78g	>	0.62g
かぼちゃサラダ	0.38g	<	0.45g
しそそうめん汁	2.06g	>	1.05g



4日目(昼食)



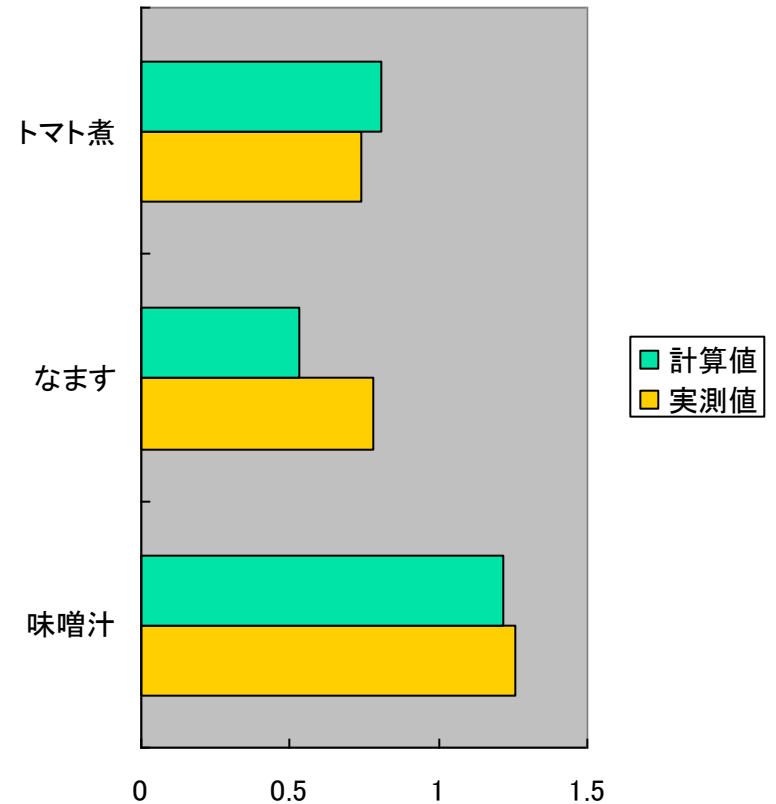
	計算値		実測値
さば カレー揚げ	1.27g	>	1.07g
干し 大根煮	0.69g	<	0.79g
味噌汁	1.54g	>	0.92g



5日目(夕食)



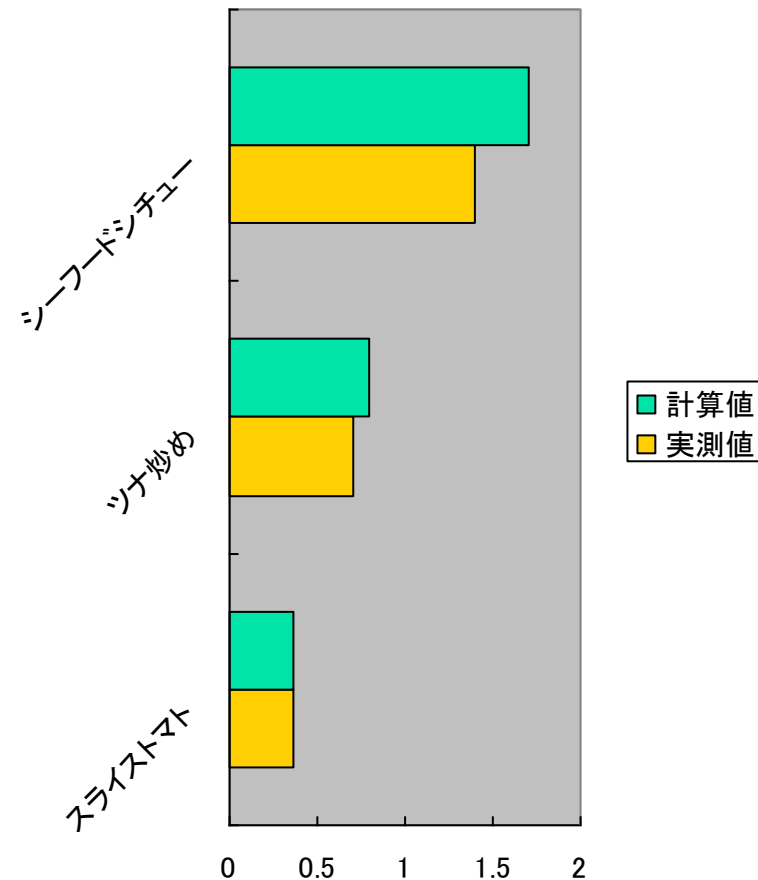
	計算値		実測値
トマト煮	0.81g	>	0.74g
なます	0.53g	<	0.78g
味噌汁	1.22g	<	1.26g



6日目(昼食)



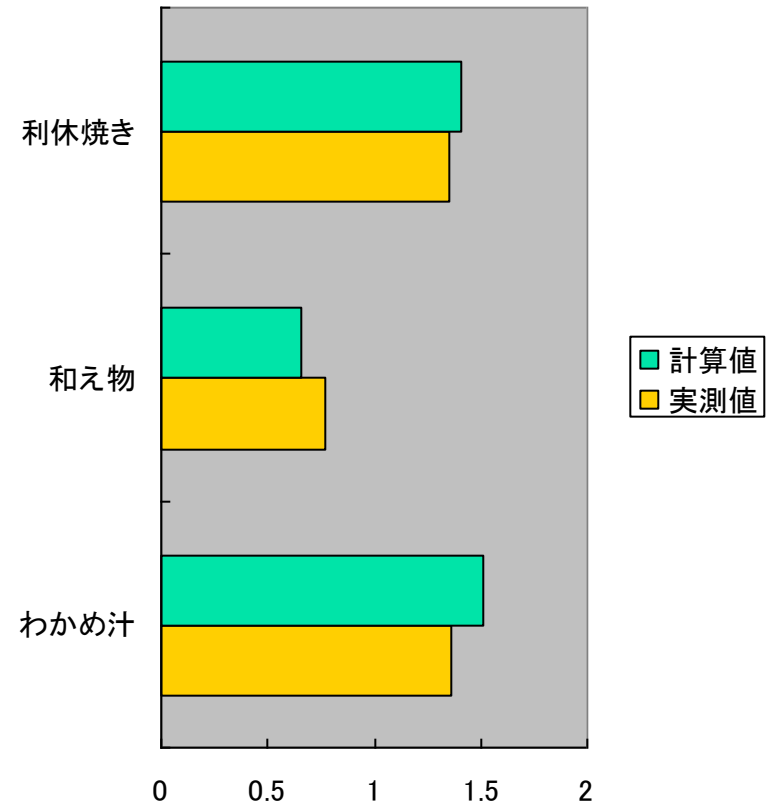
	計算値		実測値
シーフードシチュー	1.71g	>	1.4g
ツナ炒め	0.8g	>	0.71g
トマトスライス	0.36g	=	0.36g



7日目(昼食)



	計算値		実測値
利休焼き	1.41g	>	1.35g
あえ物	0.66g	<	0.77g
わかめ汁	1.51g	>	1.36g



測定実施献立

1日目	赤飯 和風ハンバーグ しらす炒め 果物 コーンスープ
2日目	ごはん あじ南蛮漬け 春雨炒め 果物 味噌汁
3日目	ごはん 和風ハンバーグ かぼちゃサラダ 果物 しそそうめん汁
4日目	ごはん さばカレー揚げ 干大根煮 果物 味噌汁
5日目	ごはん トマト煮 なます 味噌汁
6日目	ごはん シーフードシチュー ツナ炒め 果物
7日目	ごはん 利休焼き あえ物 果物 わかめ汁



結果・課題

- 計算値と実測値の間で、塩分の摂取過剰につながる程のずれはみられなかった為計算し計量し料理する事によりある程度、一定の塩分量の食事の提供ができているとおもわれた。
- 塩分量が低値な献立については、嗜好が満足できるものであるか、検討を行いたい。