

演題名:

ペースト食の「従来調理法」と「加水ゼロ式調理法」の総重量・栄養価・食材費比較

医療法人社団生和会 周南リハビリテーション病院

○徳原 里衣、石田悠子、松田直哉、林勇生

ソフト・ライフ(株) 平塚美咲

【背景】

コード2相当のペースト食において、「だし汁の代わりにお粥ゼリーを用いる調理法(加水ゼロ式調理法)」が、エネルギーアップの観点から注目されており、従来調理法からの代替可能性も示されている。しかし、1日当たりの総重量、栄養価、食材費がどの程度変わるのかは明らかになっていない。目的は、ペースト食の従来調理法と加水ゼロ式調理法の総重量、栄養価、食材費の比較とした。

【方法】

当院の1週間分の献立から、従来調理法と加水ゼロ式調理法で調理した場合の1日分の平均総重量、平均栄養価と平均食材費を算出した。栄養価は、日本食品標準成分表2020年版(八訂)を用いた。食材費は、委託費や設備関係費、光熱費等は含まず、当院が負担する純粋な食材費(税込)とした。統計処理は対応のないt検定を用いた。

【結果】

従来調理法から加水ゼロ式調理法に変更することで、1日分の平均総重量が -6.5 ± 0.9 g/日、エネルギー 140 ± 24 kcal/日、たんぱく質 2.0 ± 0.4 g/日、食材費23円 \pm 3円/日増加した($p < 0.05$)。

【結論】

以上より、加水ゼロ式調理法は、現調理法と比べて、総重量を増やすことなく、比較的安価にペースト食の栄養価を上げることができた。このことより、加水ゼロ式調理法はペースト食の栄養価の底上げに有用な調理法である可能性が示唆された。