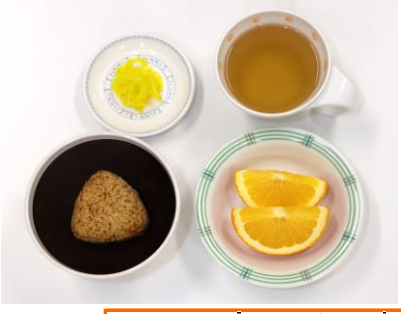
食欲がない時の ちょこっと食

食欲があまりないけれども、「ちょこっと」なら食べられるという患者さんにおすすめです。
７種類ありますので、その日・その時の気分や体調に合わせて食べたい食事を選ぶことができます。

A.ちょこっと食（焼きおにぎり）



焼きおにぎり
お茶
漬物
果物

エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
210 kcal	3.6 g	1.2 g

※おにぎりに麦茶をかけてお茶漬け風に召し上がることもできます。

B.ちょこっと食（パン）

パン・ジャム
牛乳
果物

エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
240 kcal	5.7 g	0.3 g

※3食違うパンをお出しします。パンの指定はできません。

C.ちょこっと食（たこ焼き）

たこ焼き
お茶
果物

エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
242 kcal	8.2 g	1.1 g

D.ちょこっと食（アイス）

バニラアイス
果物

エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
283 kcal	4.0 g	0.1 g

E.ちょこっと食（お粥と漬物）

全粥
汁物
漬物
果物

エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
197 kcal	5.3 g	1.1 g

F.ちょこっと食（うどん）

うどん
薬味（ねぎ）
果物

エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
240 kcal	8.2 g	1.1 g

G.ちょこっと食（ちらし寿司）

ちらし寿司
汁物
果物

エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
240 kcal	8.2 g	1.1 g

※よく混ぜてお召し上がりください

ご希望の際には
病棟スタッフへ
お声がけを
お願いいたします

※　汁物・果物・漬物は写真と異なる場合があります。
（汁物・果物・漬物の種類によりエネルギー量・食塩相当量が変わります）

2020/4 更新　東北大学病院栄養管理室