

食材・食品・料理	内容	痛み 10段階
コーンフレーク	温かい牛乳に浸し柔らかくして 浸す時間によって硬さが異なるため、おかゆと同程度に訓練向き	3
大人のミロ	牛乳150cc、大人のミロ15g	2
のり佃煮	そのままだと塩味、甘みとも強い 痛くないギリギリの量をおかゆに混ぜて訓練	7
バナナ	そのままだと酸味が強い	7
レーズン（ドライ）	そのままだと甘み、酸味とも強い	6
ブルーベリー（ドライ）	そのままだと酸味が少し強い	3
チョコレート	カカオ70%甘さ控えめ 口の中で溶かして	4
クラッカー	左下奥歯と左上シーネで噛んで	0
ロールケーキ	生クリーム 0 スポンジ部 3 生クリーム + スポンジ部 2	3
バームクーヘン	甘さ控えめ	2
クレープ	生クリーム、チョコレートクリーム入り	2
プリン	甘さ控えめ	2
コーヒージェリー	甘さ控えめ	2
ヨーグルト	プレーン	3
焼酎	源液 アルコール度数 20	0
ウイスキー	源液 アルコール度数 37	2
日本酒	源液 アルコール度数 12	3
たらこ	そのままだと塩分が強い 痛くないギリギリの量をおかゆに混ぜて訓練	7
ロースハム	5mm幅のもの	5
納豆	たたいて細かくしたものに添付のたれ少々	3
カニカマ	そのまま	3
魚河岸あげ	出汁 (1) で煮込んだものを箸で細かく切って	0
焼きのり	そのままだと塩味で若干の痛み 細かく千切っておかゆに混ぜて訓練	2
スライスチーズ	そのまま直接	1
ごま	すりごまで痛みはなし おかゆに混ぜて訓練	0
豆腐	絹ごし かつお+昆布しょうゆ 少々	1
長芋	すりおろし 青のり+しょう油を少々でも 2程度	1
レタス	生で	1
トマト	ミニトマトを1/4	2
かぼちゃ	茹でてすり潰したもの	3
にんじん	茹でてすり潰したもの	2
にんじん	5mm厚さの輪切りを出汁 (1) で柔らかく煮込んだものを 箸で細かく切って	2
大根	5mm厚さの半月切りを出汁 (1) で柔らかく煮込んだものを 箸で細かく切って	1

食材・食品・料理	内容	痛み 10段階
白菜	茹でてすり潰したもの	2
ブロッコリー	茹でたもの	2
カリフラワー	茹でたもの	2
じゃがいも	茹でてつぶしたもの	0
いんげん豆	茹でて1cm長に切ったもの	0
大葉	そのまま	2
出汁 (1)	水400cc、だしの素 小さじ1/3、白だし（ヤマサ） 大さじ2、 麵つゆ（めんみ） 小さじ 1、みりん 小さじ1	3
出汁 (2)	水400cc、煮干し4本、昆布5cm	0
みそ汁	出汁 (2) 200ccに味噌10g	3
コンソメスープ	お湯200cc、コンソメ3g	2
永谷園のお吸い物	お湯は指定量の倍	2
インスタントラーメン	味噌味 粉末スープ1/3使用 麺は約5ミリ長にカット	3
うどん・蕎麦	汁はお湯200cc、麵つゆ（めんみ） 15cc 麺は約5mm長にカット	3
卵焼き	調味料一切なし スプーンでつぶす程度	2
だし巻き卵風	豆腐、卵、青のり、白だし、砂糖	1
茶碗蒸し	具以外	2
卵の花	薄味、おから部分のみ	2
焼き鮭	薄塩	3
鶏そぼろ	鶏ひき肉 250g、しょう油 大さじ2、みりん 大さじ2強、 砂糖 大さじ2強、酒 大さじ2/3	3
青椒肉絲	薄味仕上げ 食材を細かくすれば左奥歯とシーネで噛み砕いて飲み込み事が可能	3
辛子しょう油炒め	超薄味仕上げ 食材を細かくすれば左奥歯とシーネで噛み砕いて飲み込み事が可能	3
あんかけ焼きそば	薄味仕上げ にんじん、白菜、しめじ、きくらげ、豚肉をそれぞれ5mm幅で	2
牛丼の具	少しだけ薄味 牛肉細切り 玉ねぎ1cm長	2
切り干し大根	薄味仕上げ 切り干し大根、ごぼう、にんじん、油揚げを小さめにカット	2
春巻き（具のみ）	薄味仕上げ 食材はすべて細く短くカット	2
唐揚げ	細かく切って	3
マヨネーズ	そのまま直接	3
中濃ソース	そのまま直接	5
ケチャップ	そのまま直接	5