



## こんなお悩みありませんか?

ソフト食導入開始時

## 手作りでは見た目に 変化がつけにくい。 メニューも広がらない。

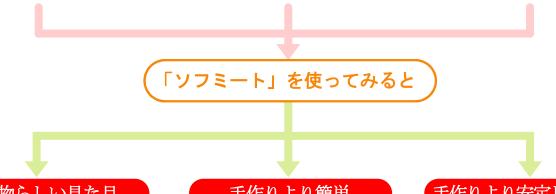
- ●手作りできるレパートリーは 限られ、いつも似たようなメニュー。
- ●形の決まった成型済の製品を使用 してみたが、変化がつけにくい。
- ●もっと常食に近い見た目でおいしく 食べてもらいたい。

ない。

- ●手作りでソフト食にチャレンジ しているが、習得までに時間が かかり、人手もたりない。
- ●時間のかかる下処理の手間を 短縮したい。
- ●一部既製品を取り入れながら 手作りでも提供したい。

ソフト食を作りたいけど、 ソフト食を作りたいけど、 時間的・人員的に余裕が 安定したものができない。

- 毎回同じかたさに仕上げるのが 難しい。
- ソフト食の理想的なかたさが 分からない。やわらか食や ムース食との違いが分からない。
- ●ソフト食の物性の基準になる ものが欲しい。



## 本物らしい見た目

「生タイプ」の調理素材なので、 メニューに合わせて自由に形を 変えられます。

常食と変わらない見た目で、 おいしいソフト食。アレンジ多彩!

## 手作りより簡単

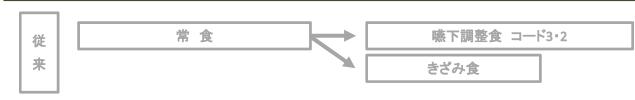
ソフト食の食感に調整され、下味 もついているので、下処理の手間 がかからず、コスト削減につなが ります。成形して加熱するだけ! 調理次第で手作り感も出ます。

## 手作りより安定した物性

いつも安定した仕上がりで安心! ソフト食の物性の目安になるので、 ソフト食導入開始時にもおすすめ



## 主菜の調理工程イメージ



常食

ソフミートを蒸して 切って・調味するだけ 嚥下調整食 コード2

間が省ける!

噛む力に合わせて選べる ソフミートシリーズ

ミキサー固形食 一口大 粗きざみ 極きざみ 軟菜



生タイプシリーズ

- ソフミート ソフトお肉-

※食形態はあくまでも目安となります。 ソフミートは調理素材のため、調理方法によりやわらかさは多少異なります。

日本摂食嚥下リハビリテーション学会

常食

### 嚥下調整食 学会分類2021(食事)早見表

<b>⊐</b> -	ード	形態	他の分類との対応	ソフミートシリーズ		
	j	均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したゼリー 離水が少なく、スライス状にすくうことが可能なもの	嚥下食ピラミッドLO えん下困難者用食品許可基準 I			
0	t	均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したとろみ水 (原則的には、中間のとろみあるいは濃いとろみの どちらかが適している)	嚥下食ピラミッド L3の一部(とろみ水)			
1	1 j 均質で、付着性・凝集性・かたさ・離水に配慮した ゼリー・プリン・ムース状のもの		嚥下食ビラミッドL1・L2 えん下困難者用食品許可基準 II UDF区分 かまなくてもよい(ゼリー状) *UDF:ユニバーサルデザインフード			
	1	ピューレ・ペースト・ミキサー食など、均質でなめらか で、べたつかず、まとまりやすいもの スプーンですくって食べることが可能なもの	嚥下食ビラミッドL3 えん下困難者用食品 許可基準皿 UDF区分 かまなくてもよい			
2	2	ビューレ・ペースト・ミキサー食などで、べたつかず、 まとまりやすいもので不均質なものも含む スプーンですくって食べることが可能なもの	嚥下食ビラミッドL3 えん下困難者用食品許可基準Ⅲ UDF区分 かまなくてもよい			
3		形はあるが、押しつぶしが容易、食塊形成や移送が容易、咽頭でばらけず嚥下しやすいように配慮されたもの 多量の離水がない	嚥下食ピラミッドL4 UDF区分 舌でつぶせる	・ソフミートソフト		
		かたさ・ばらけやすさ・貼りつきやすさなどのないもの 箸やスプーンで切れるやわらかさ	嚥下食ピラミッドL4 UDF区分 舌でつぶせる および UDF区分 歯ぐぎでつぶせる および UDF区分 容易にかめるの一部	・ソフミート		

『日摂食嚥下リハ会誌25(2):135—149, 2021』または 日本摂食嚥下リハ学会HP:https://www.jsdr.or.jp/wp-content/uploads/file/doc/classification2021-manual.pdf?0917 『嚥下調整食学会分類2021』を必ずご参照ください。本表は一部改編しています。表の理解にあたっては『嚥下調整食学会分類2021』の本文をお読みください。



ソフミートの使い方や新商品の情報をご紹介します



ソフミートを使ったレシピや四季折々の和菓子を ご紹介しています。

「まごころキッチン」 インスタグラム



0 1

# sofmeat

## お肉シリーズ





ソフトとり ソフトぶた ソフト牛 ※02頁をご参照ください。

使い方の手順 いろいろな形に成形して使える!切って使える!

## 本物のような仕上がり!「解凍する」使い方

- 1. 袋ごと解凍する ※解凍時間は冷蔵庫で6時間、流水で30分間を目安にして下さい。
- 2. 好きな形に整えて、蒸す・ゆでる※ <sup>分薄く延ばす場合は、底が平らなへラが使いやすく便利です。</sup>

クッキングシートなどに絞り出して形を整え蒸します。 ●加熱時間は条件によって異なりますので、中心部まで十分に加熱されていることを必ず確認して下さい。

・ローストチキン



中身を絞り出しながら一口大にな

るように箸で切ります。必要に応じ

てスプーンなどで整えます。



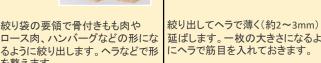






・しょうが焼き

•焼肉



つみれ

•つみれ汁



沸騰した湯(調味した汁)に直接中身を ロース肉、ハンバーグなどの形にな 延ばします。一枚の大きさになるよう 絞り出しながら箸で切り落とします。 ※茹ですぎやかき混ぜすぎると崩れや すくなりますのでご注意下さい。

## もっと簡単!「凍ったまま蒸す」使い方

1. 凍ったまま袋から出して蒸す

凍ったままのソフミートを袋から取り出し、クッキングシートなどに乗せます。

スチコン 目安時間:スチームモード95℃25分間

を整えます。

目安時間:中火25分間

●加熱時間は条件によって異なりますので、中心部まで十分に加熱されていることを必ず確認して下さい。

## 2. 好きな大きさ・形に切る













削ぎ切りにすると…

## お魚シリーズーがなか

白身魚(たら) 青魚(さんま) さけ

- ✓ 生タイプの素材で形も大きさも自由自在
- ✓ それぞれの素材を活かした下味付き
- ✔ 調理方法はすべて同じ!

## 「見た目の良さ」や「食べやすさ」で選べば、 やっぱり ソフェート



一度蒸すことでふんわりジューシーな



薄切り肉風に成形して、見た目も おいしく盛りつけできます。



骨付きもも肉風など、工夫次第で いろいろな形が作れます。



調味しただし汁の中にソフミートを 一口大に絞り出して、ゆでれば完成。

たれをかける・煮る・ 焼く・揚げる等

3. 調味する

	鍋	スチコン			
煮	弱火3分目安	160°C100% 10分			
焼	弱火2分目安	180°C100% 8分			
揚	170℃2分目安	200℃ 50% 7分			

加熱条件目安

加熱条件は目安です。 焼き物、揚げ物は色づく程度に仕 上げて下さい。

スチコンは上記を目安に、他料理 と加熱条件を合わせて同時調理す ると便利です。

※ソフミートソフトは「舌でつぶせる」 やわらかさですので、「煮る」調理 方法がおすすめです。



お好みの大きさに切って衣を付ければ、 見た目はとんかつそのもの。見た目も 味もGood!



魚の切り身形に切ってお好みで焼き色を つけます。(焼きすぎると表面がかたくな るので、炙る程度に軽く焼いて下さい。)



やわらかいので角切りにしても食べやすく、 煮込み料理にも最適。(長時間煮込むと崩れ やすいため、煮汁が染み込む程度に加熱して 下さい。)



寿司ネタ風に切ってゼラチン酢飯に のせれば立派なお寿司の完成。

※ソフミートは調理素材のため、調理方法によりやわらかさは多少異なります

## カンタンおいしいやさしい おすすめ 定番Menu

## 煮込みハンバーグ \おすすめ/

材料/8人分
ソフミートぶた·····1袋(500g)
(A)デミグラスソース・・・・・500g
トマトジュース・・・・・・ 420g
(食塩不使用)
ウスターソース・・・・・200g
水······ 300g
生クリーム・・・・・・・・適宜

クッキングシートの上に解凍したソフミートを絞り出し、ハンバーグ形 にヘラで整える。(目安:1個60g×8個)

2 ①を蒸す。

3 ソース(A)を温め、②を加えて軽く煮込む。

4 お好みで生クリームをかける。 ■バレンタインや寒い時期に最適な煮込み料理

■よりやわらかなソフミートソフトに代えてもOK



## 鶏の照り焼き

材料/8人分
ソフミートとり・・・・・1袋(500g
(A)みりん・・・・・90g
しょ <b>う</b> ゆ・・・・・・ 50g
酒•••••40g
水溶き片栗粉・・・・・適量

- ■よりやわからかなソフミートソフト に代えてもOK
- ■焼きすぎると表面がかたくなるので 炙る程度に軽く焼いて下さい
- クッキングシートの上に解凍した ソフミートを絞り出し、鶏胸肉形に ヘラで整える。(目安:1個60g×8個)
- 2 ①を蒸す。

- 3 ②の表面をガスバーナー またはオーブンで軽く焼く。
- 4 たれ(A)を温め、水溶き片栗粉 でとろみをつけ、③にかける。



## たらの煮付け

材料/10人分 ソフミート白身魚(たら)・・1袋(500g) (A)水······ 500g しょうゆ・・・・・100g みりん・・・・・100g 酒····· 100g 水溶き片栗粉・・・・・・適量

- 凍ったままのソフミートを蒸し、魚の切り身形に削ぎ切りに する。(目安:1枚50g×10枚)
- 2 煮汁(A)を温め、①を加えて軽く煮る。
- 3 ソフミートを取り出した②に、水溶き片栗粉でとろみを つけてから、盛り付けたソフミートにかける。
  - ■煮汁をかけるだけでもOK
  - ■常食と一緒に煮るとおいしさUP



## しょうが焼き



- ■ソフミート120gを約25cm×20cm (厚み2~3mm) を目安に延ばす
- ■焼きすぎると表面がかたくなるので炙る程度に軽く焼いて下さい
- 1 クッキングシートの上に解凍したソフミートを 絞り出し、ヘラで薄く延ばす。1枚の大きさに なるように、筋目を入れる。(目安:1枚10g×50枚)
- 2 ①を蒸す。

- 3 ②の表面をガスバーナー またはオーブンで軽く焼く。
- 4 たれ(A)を温め、水溶き片栗粉 でとろみをつけ、③にかける。

## さばのみそ煮

### 材料/10人分 ソフミート青魚(さば)···1袋(500g) (A)水······ 400g 味噌····· 50g 砂糖····· 30g 薄口しょうゆ・・・・・20g みりん・・・・・20g

しょうが汁・・・・・・ 適量

水溶き片栗粉・・・・・・適量

## **↑**かんたん/

- 凍ったままのソフミートを蒸し、魚の切り身形 に削ぎ切りにする。(目安:1枚50g×10枚)
- 2 煮汁(A)を温め、①を加えて軽く煮る。
- ソフミートを取り出した②に、水溶き片栗粉で とろみをつけてから、盛り付けたソフミートに かける。
  - ■常食の煮汁をかけるだけでもOK



## 角煮

材料/9人分	
ソフミートぶた・・・・・	…1袋(500g
(A)鶏がらスープ・・・・	•••800g
砂糖・・・・・・・・・	•••60g
しょうゆ・・・・・・・	•• 60g
酒·····	· 30g
水溶き片栗粉・・・・・	

## **↑かんたん!**

- 凍ったままのソフミートを蒸し、大きめの 角切りにする。(目安:1個27g×18個)
- たれ(A)を温め、①を加え、落とし蓋をして 軽く煮る。
- ソフミートを取り出した②に、水溶き片栗粉 でとろみをつけてから、盛り付けたソフミート にかける。



## さけのムニエル



- 材料/10人分 ソフミートさけ・・・・・ 1袋(500g) 塩・コショウ・・・・・・ 適宜 小麦粉・・・・・ 適宜 油······30g バター・・・・ 10g ソース(お好み)・・・・・・ 適量
- 凍ったままのソフミートを蒸し、魚の切り身形に削ぎ切りにする。(目安:1枚50g×10枚)
- ①に塩コショウを軽く振り、小麦粉を全体に 薄くまぶす。
- 油とバターを熱し、②を色づく程度に焼き、 お好みのソースをかける。

■タルタルソースがおすすめです



## シチュー

材料/12人分		
ソフミートとり・・・・・・		水
じゃがいも・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	·····360g	シチュ-
玉ねぎ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	· · · · · · · 360g	牛乳・・
にんじん・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	· · · · 120g	
2th	海卓	

·····1900g ーのルー・・・・・適量 .....500g

- 1 凍ったままのソフミートを蒸し、角切りにする。 (目安:1個8g×60個)
- 🙎 じゃがいも、にんじんを小さめの一口大に切り 玉ねぎは繊維と直角の1.5cm幅程度に切る。
- 3 油を熱し、②を炒めて水を加え、やわらかくなる
- 4 ③にシチューのルーを加えて溶かし、とろみが つくまで煮込む。
- 5 ④に牛乳と①を加えて煮込む。
  - ■同様の作り方でカレーライスもできます

0 5 0 6

ソフミートとり・ぶた・牛・ソフトとり・ソフトぶた・ソフト牛 : (冷凍食品)肉加工品 ソフミート白身魚(たら)・青魚(さんま)・さけ・青魚(さば): (冷凍食品)魚肉加工品 500g ●荷姿 500g×24袋 ●賞味期間 製造後12ヵ月 ●名称 ●内容量 ●原材料名 鶏肉(国産)、植物油脂、鶏卵、でん粉、卵白、コラーゲンペブチド、玉ねぎエキス、粉末状大豆たん白、砂糖、しょう油、香辛料、食塩/加工デンブン、増粘多糖類、酢酸Na、酸化防止剤(V. C. V. E)、香辛料抽出物(一部に小麦・卵・大豆・鶏肉・ゼラチ ソフミートとり 豚肉(輸入)、植物油脂、鶏卵、でん粉、玉ねぎエキス、卵白、粉末状大豆たん白、コラーゲンベブチド、砂糖、しょう油、醸造調味料、香辛料、食塩/加エデンブン、酢酸Na、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C、V.E)、香辛料抽出物、(一部に小麦・卵・大豆・豚肉・ゼラチンを含む) ソフミートぶた ソフミート牛 牛肉(輸入)、植物油脂 鶏卵 でん粉、卵白、粉末状大豆たん白、玉ねぎエキス、コラーゲンベブチド、香辛料、砂糖、酵母エキス、食塩、ビーフ香味調味料/加工デンブン、増粘多糖類、酢酸Na、酸化防止剤(V.C、V.E)、調味料(アミノ酸)、香辛料抽出物、(一部に小麦・卵・牛肉・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む) 鶏肉(国産)、植物油脂、鶏卵、でん粉、コラーゲンベブチド、粉末状大豆たん白、玉ねぎエキス、卵白、砂糖、しょう油、香辛料、 ソフミート(ソフトとり) 食塩/加工デンブン、酢酸Na、酸化防止剤(V.C、V.E)、香辛料抽出物(一部に小麦・卵・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む) 豚肉(輸入)、植物曲に 鶏卵 でん粉、粉末状大豆たん白、コラーゲンベブチド、卵白、玉ねぎエキス、砂糖、しょう油、香辛料、醸造調味料、食塩/加工デンブン、酢酸Na、酸化防止剤(V.C、V.E)、香辛料曲出物 (一部に小麦・卵・大豆・豚肉・ゼラ ソフミート(ソフトぶた) 牛肉(輸入)、植物曲は 鶏卵 でん粉、粉末状大豆たん白、コラーゲンベブチド、玉ねぎエキス、卵白、砂糖、酵母エキス、香辛料、ビーフ香味調味料、食塩/加工デンブン、酢酸Na、酸化防止剤(V.C、V.E)、調味料(アミノ酸)、香辛料曲出物 (一部に小麦・卵・牛肉・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む) ソフミート(ソフト牛) 魚肉(たら)(国産)、植物・曲は、鶏卵、コラーゲンペプチド、還元難削化性デキストリン、卵白、ゼラチン、粉末状大豆たん白、魚 介エキス、乳たん白/加工デンブン、骨未焼成カルシウム、酢酸Na、酸化防止剤(V.E、V.C)、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤 (一部に卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む)ソフミート白身魚(たら) 魚肉(さんま)(国産)、植物曲貨、鶏卵、コラーゲンベブチド、粉末状植物がたん白、しょう油、卵白、乳たん白/加工デンブン、骨未焼成カルシウム、酢酸Na、酸化防止剤(V.E、V.C)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む) ソフミート青魚(さんま) 魚肉(さけ)(国産)、植物曲は 鶏卵、コラーゲンベブチド、還元難削化性デキストリン、さけエキス、卵白、ゼラチン、粉末状大豆たん白、乳たん白/加工デンブン、骨未焼成カルシウム、酢酸Na、着色料(紅麹、クチナシ)、酸化防止剤(V.E、V.C)、pH調整剤 (一部に卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラチンを含む) ソフミートさけ 魚肉(さば)(国産)、植物曲は 鶏卵、魚介エキス、コラーゲンベブチド、還元難消化性デキストリン、ゼラチン、卵白、粉末状大 豆たん白、食塩、乳たん白/加工デンブン、骨末焼成カルシウム、酢酸Na、酸化防止剤(V.E、V.C)、pH調整剤 (一部に卵・乳成分・さば・大豆・ゼラチンを含む) ソフミート青魚(さば) ●保存方法 - 18℃以下で保存して下さい。 ●加熱処理の必要性 中心部まで十分に加熱してお召し上がり下さい。
※ご使用前に冷蔵庫または流水にて解凍したものは、お早めにお使い下さい。いったん解凍したものは再凍結せずに、使い切って下さい。
※焼いたり揚げたりすると、まわりが少し固くなりますのでご注意下さい(焼く場合はなるべく弱火で焦がさないようにするとふっくら仕上がります)。
※強火で長時間煮込むと、煮崩れすることがありますのでご注意下さい。
※噛む力、飲みこむ力には個人差がありますので、必要に応じて空食時には介護者が付き添うなど十分注意してお召し上がり下さい。
※肉製品は、解凍時に離水 変色が見られることがあります。肉の特性のため品質に問題はありませんが、袋ごと軽く揉んでからご使用下さい。
※魚製品は、解凍時に離水が見られることがあります。肉の特性のため品質に問題はありませんが、袋ごと軽く揉んでからご使用下さい。
※魚製品は、解凍時に離水が見られることがあります。肉の特性のため品質に問題はありませんが、袋ごと軽く揉んでからご使用下さい。

- ※魚製品中の黒または茶色のはんてんは、原料に使用しております魚の皮や身由来のもので異物ではありません。

## ●栄養成分表示

■ソフミート 100g当たり

この表示値は、目安です。

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当量(g)	カリウム(mg)	カルシウム(mg)	リン(mg)
とり	244	12	18	8	0.5	139	-	79
ぶた	231	12	17	9	0.7	120	-	85
牛	209	12	14	9	0.8	135	_	95
ソフトとり	284	12	23	7	0.6	122	-	89
ソフトぶた	268	12	21	7	0.6	107	_	90
ソフト牛	260	12	20	8	0.7	126	-	84
白身魚(たら)	287	12	21	13	0.6	37	125	126
青魚(さんま)	310	13	24	9	0.8	92	125	122
さけ	274	12	21	10	0.8	57	125	113
青魚(さば)	285	12	22	10	1.0	77	125	116

※「ソフミートとり・ぶた・牛」はリニューアルを予定しています。本紙に記載されている原材料名・栄養成分表示はリニューアル後の情報です。 リニューアルの時期は4~5月頃を予定していますが、商品によって異なりますのでご利用になられる際はご確認下さい。

〒750-8608 山口県下関市大和町2-4-8 http://www.hayashikane.co.jp/mk-club/

