

新鮮食材管灌配方自製注意事項

1.預先處理：自製配方者，其過程中應確保食物之衛生，避免遭受汙染，並不能使用生蛋製備，以免沙門氏菌汙染。

(1)將各種粉末秤量好，置容器中。將食材均洗淨、切碎蒸熟備用。

(2)馬鈴薯、饅頭或白吐司切邊洗淨煮或蒸熟，切小丁備用。米洗淨，煮成乾飯或是稀飯備用。乾飯請以溫水浸泡約半小時。麵條則煮熟備用。

(3)新鮮豬、雞、牛、魚肉等均以清蒸、燉的方式，預先煮熟備用。或使用嬰兒食品的肉泥灌頭。蛋、豆腐類：可利用水煮或是蒸的方式，去殼。

2. 果汁機加少量溫開水(60°C 以下)，放入蛋、馬鈴薯、胡蘿蔔、肉類，攪打均勻後，慢慢加入粉狀物(或泡軟的飯、豆腐)和油、鹽，並加溫開水到 _____ mL。

3.攪打完成後利用濾網過濾去除殘渣即可(若果汁機無法一次完成，可分次攪拌再混合)。

4.製作好後分裝加蓋，迅速放入冰箱中冷藏。室溫下不宜超過 60 分鐘。

5.每次灌食前取出_____ C.C.，隔水加熱至體溫溫度，即可灌食。每日分_____次灌完。

*每日可加灌 1~2 次新鮮果汁 100c.c. (柳丁一個)，需過濾灌食。



一、各項食材定量



二、將固形物放入果汁機攪打，再放入粉末攪打。



三、以濾網過濾殘渣

如果有時間可以嘗試以食物攪拌製作，不但有天然的風味，即使長期使用也不致發生營養不均衡的問題，配方內容如下：

配方種類	1600 大卡 (蛋白質 15.5%)	2000 大卡 (蛋白質 16.6%)
洋芋	300 公克	540 公克
低脂奶粉	3 小匙=25 公克	3 大匙 25 公克
魚肉 or 肉泥	3 份(蛋 1 個+肉 2 份)	4 份(蛋 1 個+肉 3 份)
蔬菜 or 紅蘿蔔	100 公克	200 公克
油	2 大匙=30 公克 (堅果類 2 份=油 10 公克)	3 大匙=45 公克 (花生 20 公克、杏仁 20 公克、 核桃 15 公克、腰果 20 克)
P93	4 小匙=20 公克	2 大匙=30 公克
酵母粉	2 小匙=10 公克	2 小匙=10 公克
粉飴	9 大匙=130 公克	8 大匙=120 公克
鹽	3 公克	3 公克

水果：每日 2 份與自製管灌品分開灌食。

【注】食物代換

主食1份	白土司 25公克、山藥60公克、馬鈴薯90公克、白飯50公克、白粥125公克
低脂奶一份	全脂鮮奶240c.c、全脂奶粉25公克(3湯匙)
低脂肉類	豬里肌肉一兩、魚類35公克、雞胸肉30公克、蛋白2個、牛腱35公克
	素食：豆包4/5片、烤麩40公克、麵腸1/2條、清豆漿260c.c
中脂肉類	豬排肉一兩、魚(肉)鬆2湯匙、全蛋一個、虱目魚35公克、五香豆干1又1/2塊
	素食：豆腐1塊80公克、素雞3/4條、三角油豆腐(小)2個55公克

*不喝牛奶，請以豆製品一份取代。

營養室有提供營養品外售服務，價錢為市售價的九折，且有相關營養諮詢服務，請多加利用，請至第一醫療大樓地下 1 樓營養室購買。幫助病患改善健康，早日康復。

營養室聯絡電話 2737-2181 轉 3001、3002

感謝您!