

Information 10

今回は“**食事**”に注目していきます。

今、与えているフードが何を目的に作られているかご存じですか？
多くのフードは**総合栄養食**になると思いますが、中には一般食と言われ
“そのフードだけでは栄養素を満たせていない**食事**”もあります。

<目的別分類・種類>

総合栄養食



主要な食事として給与することを目的

総合栄養食と**水だけで健康維持ができる**バランスの良い食事

療法食

病気に合わせて栄養成分の量や比率が調整され
病気のサポートをする目的
基本的には獣医師と相談の上、処方

間食

主に**おやつ・スナック・ご褒美**
限られた量を与えるのが目的

その他の目的食

今記載してきたもの以外で特定の栄養調整とカロリー補給、嗜好性増進を目的

区分	
副食・おかず	よく聞く 一般食 総合栄養食と一緒に与えること
栄養補助食	主に サプリメント

食べない子への工夫でいろいろ試しているかと思います。

- 既存フードのアレンジ（ふやかし・砕く・温める etc…）
- おやつなど好物をトッピング
- 手作り食

中でも手作り食は難しい点がいくつかあります。

手作り食は、その子の**必要な栄養素を補う**のが難しい…

手作り食の注意点をお話しします！

1. 食材の細かな記載や栄養素のバラつき

食材の**部位・種類・生産地や季節**によって
栄養素が変わってきます。



2. 調理法

加熱・茹で・蒸しなどの時間や混ぜる手順

その過程次第で栄養素に偏りが出ます。

“油脂分は必要？食塩の摂取量は過度になってない？”

レシピがある場合はレシピ通りに！



3. ビタミン・ミネラルなど

忘れがちなのは**5大栄養素**でもある
ビタミン・ミネラルです。

必要な量を割り出し摂取できるようにします。

不足するならサプリメントを併用して補う！



食事は**年齢や体調**などで変わってきます。

種類・目的もかなり多く悩んでしまうと思います。

適正量を与える！それは手作り食も同じで

ここが**偏ってしまうと肥満・消瘦、そこから病気へ発展**…

食事管理は簡単そうで難しいです。

お困りのことがあれば相談ください！！

