

災害直後の支給品はお惣菜や即席めんになりがち・・・

出典：日本食品標準成分表2020年版（八訂）
糖質量&たんぱく質量ハトブック 八訂食品成分表に対応

例えば
からあげ弁当1個
食塩相当量：約2.7g
たんぱく質：約14.6g



例えば
即席カップめん1個
食塩相当量：約4.5g
たんぱく質：約8.3g

食塩が少ない商品や腎疾患を持つ方向けの食品を準備しておきましょう

低タンパク質食品



ハーバー研究所
粉飴（分包）
エネルギー：50kcal
たんぱく質：0g
食塩相当量：0g
カリウム：0mg
リン：0mg
1包(13g)当たり

飲み物や料理に簡単に溶けます。
飲み物を飲む時にプラスして
エネルギーが摂取できます。
コーヒーや紅茶に入れるのも
おすすめです。

個包装が衛生的で
おすすめです。



ハーバー研究所
粉飴ゼリー（分包）
エネルギー：160kcal
たんぱく質：0g
食塩相当量：0.015g
カリウム：0～3mg
リン：0～2mg
82g(1個)あたり

舌でつぶせるので食べやすいです。
口溶けがよい柔らかさで
噛むことが難しい方にも
おやつ感覚でエネルギー摂取が
できます。

好みの味を
見つけておくと◎

キッセイ薬品工業



げんたそば
エネルギー：246kcal
たんぱく質：1.8g
食塩相当量：0.006g
カリウム：18.4mg
リン：32.0mg
（1食あたり）



即席げんたうどん
エネルギー：360kcal
たんぱく質：3.7g
食塩相当量：3.3g
カリウム：82mg
リン：54mg
（1食あたり）



げんたつゆ（500ml瓶・小袋）
エネルギー：7kcal
たんぱく質：0.3g
食塩相当量：0.5g
カリウム：11.6mg
リン：5.5mg
1袋（5ml）あたり



湯煎もOK



即席げんたらーめん
しょうゆ味
エネルギー：351kcal
たんぱく質：3.3g
食塩相当量：3.6g
カリウム：67mg
リン：45.7mg
（1食あたり）



即席げんたらーめん
みそとんこつ
エネルギー：355kcal
たんぱく質：3.7g
食塩相当量：2.4g
カリウム：97mg
リン：80mg
（1食あたり）

ゆめごはん1/35トレー
エネルギー：299kcal
たんぱく質：0.13g
食塩相当量：0g
カリウム：0.2～0.7mg
リン：22mg
（1食180gあたり）

ポッカサッポロフード&ビバレッジ
レモンのおかげ ウレシオ



エネルギー：13.8kcal
たんぱく質：0g
食塩相当量：2.68g
カリウム：1.96mg
リン：0.48mg
小さじ1杯（6g）あたり



日清オイリオ
日清MCTオイルHC 2g×10本
エネルギー：18kcal
たんぱく質：0g
食塩相当量：0g
カリウム：0mg
リン：0mg
1本（2g）あたり

通常の食塩より塩分50%カット・カリウム不使用！
レモンの風味で塩味が引き立ちます。

飲み物に加えて簡単にエネルギー補給ができます。
※加熱すると煙がでる可能性があります。
加熱調理には使用しないでください。



商品は、たんぽぽ薬局店舗に陳列している商品の他に取り寄せもできます。
スタッフにご相談ください。