

治療食は普通食よりも高い? (朝食編)

「治療食は身体に良くても値段が高い」という方がいらっしゃいます。

ジンゾウ先生シリーズを使ったときと、使わなかったとき、どれくらい違うのでしょうか。たんぱく質1日30g□エネルギー□1500kcalで考えてみましょう



主食をジンゾウ先生シリーズに置き換えた場合

- ・ジンゾウ先生のパンミックス
- ・ヨーグルト
- 目玉焼き
- ・ツナときゅうりのサラダ

たんぱく質 10.48g (動たん比93%)

エネルギー□□529kcal

1食 約165円



普通の食品

食パン

- ・ジャム
- ・ヨーグルト

たんぱくたんぱく質 10.8g (動たん比30%)

エネルギー 297kcal

1食 約123円

一見、普通食の方が安く抑えられているようですが、普通食の方は、エネルギーが不足する危険性があります。これを補うためにエネルギーゼリー 1 個(130～150円)をプラスすると



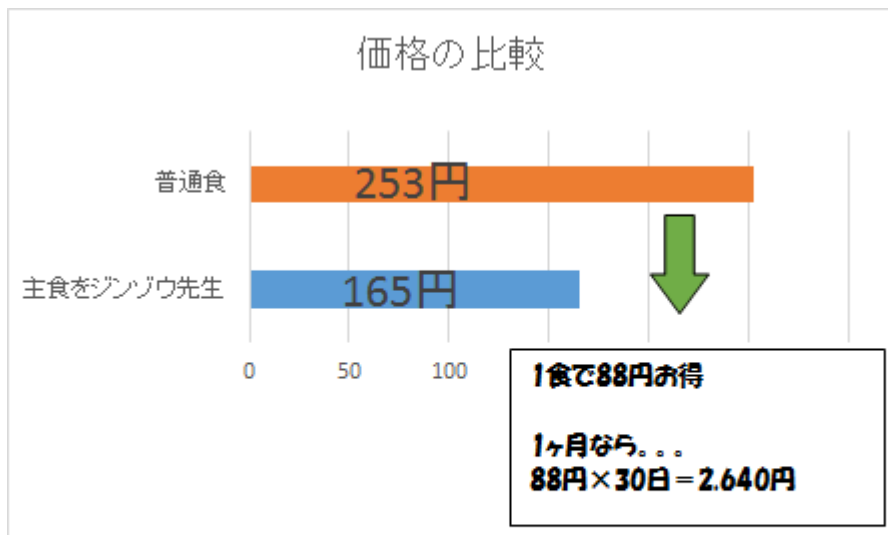
普通の食品+エネルギーゼリー

たんぱく質 10.8g (動たん比30%)

エネルギー 457kcal

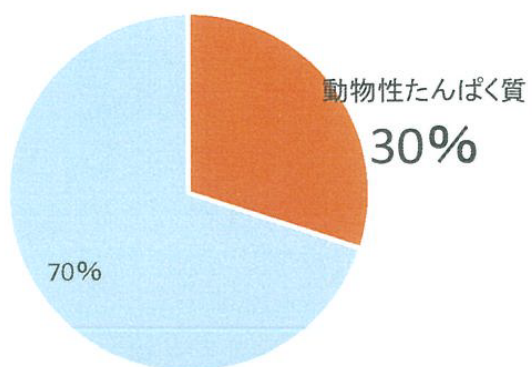
1食 253円

【結果発表】 実は治療食の方が安く抑えられていました

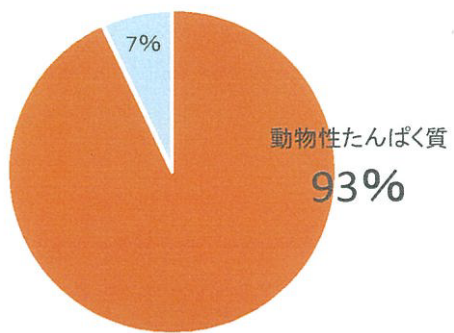


さらに、たんぱく質の内容にも注目です。

普通食のたんぱく質の内容



主食をジンゾウ先生に代えた場合の たんぱく質の内容



□

動物性たんぱく質の割合が低いと筋肉減少や肌のトラブルなどの栄養障害を起こしやすくなります。