

四、食物來源

食物類別	可食	忌食
乳品類	鮮奶、全脂奶粉(一天量以不超過二杯為宜)。	若有乳糖不耐症，則須採用不含乳糖之食物。
豆魚蛋肉類	煮熟之各種蛋類	生蛋、鹹蛋、皮蛋。
	豬、牛、雞、魚等新鮮嫩而無筋的瘦肉。	多筋的肉、肥肉、皮等。
	黃豆粉、豆漿、豆花、豆腐等。	各種堅硬豆類。
全穀雜糧類	精細的全穀雜糧類如麥片、糙米粉、馬鈴薯、南瓜、芋頭、番薯等。	粗糙、纖維含量高的全穀雜糧類，如糙米、玉米等。
蔬菜類	各種過濾的菜汁、菜湯、菜泥等。	攪打後未經過濾的蔬菜汁。
水果類	各種過濾果汁。	未經過濾的果汁及水果。
油脂類	各種植物油，如大豆油、玉米油、橄欖油等。	動物性油脂、瑪琪琳(因常溫時易凝集造成管路阻塞)。
其他	酵母粉、糖、鹽、糖餡、粉餡等。	有刺激性的調味品，如辣椒粉、胡椒粉等。

五、其他注意事項

- 可由營養師依個別需求設計，選擇合適食材以達適當營養素組成。
- 在製備過程中，應確保製作者的衛生習慣及飲食器具的清潔，灌食前要徹底將雙手及餵食器具，而且所有的餵食器材也要消毒乾淨，避免污染新鮮製成的灌食分裝冷藏，24小時內用完。
- 每次餵食前取出適量隔水加熱至體溫(約37°C)，攪拌均勻後灌食。
- 配方不可於室溫下超過30分鐘，無法立即餵食請冷藏。藥物勿直接添加於配方，以免變質或影響藥效。
- 每次灌食前，應反抽胃的殘留量，評估消化情況，若反抽量大(>60ml)，就要暫停餵食1~2小時後再行反抽，評估其消化情況。
- 避免使用豬油、牛油，防止冷卻後凝固造成塞管。

參考資料：

謝淑玲、舒宜芳、陳信宏、陳燕華、廖淑芬、楊惠婷、...林錦華(2018)。膳食療養學實驗。台中市：蔡小萍。

義大醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

義大癌治療醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路21號

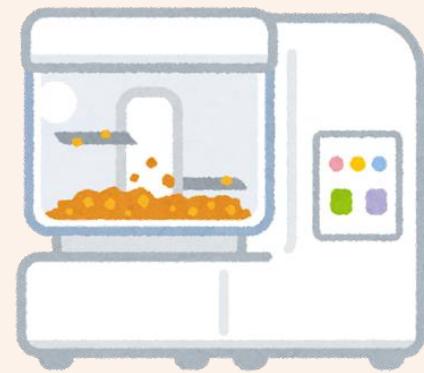
電話：07-6150022

義大大昌醫院

地址：高雄市三民區大昌一路305號

電話：07-5599123

天然管灌飲食 1800大卡食譜



一、 器具準備

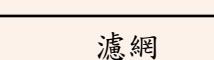


標準碗



標準量匙

塑膠湯匙



食物調理機



電鍋



料理秤



量杯



二、 製備方法(先清洗器具+食材並將熱水倒入調理機蓋過刀片進行清洗後倒掉)

1. 早餐或晚點製備：

1) 食材依份量秤重加入調理機中，並加水定量至 250 毫升(1餐)，攪打成均勻流質狀。

2. 四正餐製備(早點+午餐+午點+晚餐)：

1) 天然食材及粉狀食材依食材份量秤重。

2) 天然食材切成小丁狀全部一起蒸熟(綠色蔬菜請另行川燙至熟)。

3) 蒸熟的食材倒入調理機中，加入 200 毫升溫開水攪打成流質狀。

4) 將粉狀食材、油分次加入調理機中，並加水定量至 1200 毫升再次攪打成均勻流質狀。

5) 使用濾網過濾殘渣後分裝為4等份(約300毫升)加蓋，放入冰箱中冷藏。

3. 餐間水果(果汁)製備：

1) 水果去皮(籽)與150毫升冷開水(常溫水)一同加入調理機中，攪打完過濾即可。

餐次	食材	蛋白質40克	蛋白質50克	蛋白質60克	蛋白質70克
早餐 + 晚點	全脂奶粉	1湯匙(15g)	2湯匙(30g)	3湯匙(45g)	3湯匙(45g)
	糙米粉	4湯匙(60g)	4湯匙(60g)	4湯匙(60g)	4湯匙(60g)
	糖飴	8茶匙(40g)	8茶匙(40g)	4茶匙(20g)	4茶匙(20g)
早點 + 午餐 + 午點 + 晚餐	馬鈴薯	0.5碗(90g)	0.5碗(90g)	0.5碗(90g)	0.8碗(135g)
	雞蛋	1顆(55g)	1顆(55g)	1顆(55g)	1顆(55g)
	青菜葉	1.5碗(300g)	1.5碗(300g)	1.5碗(300g)	1.5碗(300g)
	瘦肉(魚肉)	-	3指頭寬(35g)	1個掌心(70g)	1個手掌(105g)
	南瓜	1.5碗(255g)	1.5碗(255g)	1.5碗(255g)	1.5碗(255g)
	粉飴	3湯匙(45g)	2湯匙(30g)	2湯匙(30g)	1.5湯匙(22.5g)
	植物油	10茶匙(50g)	9茶匙(45g)	8茶匙(40g)	7茶匙(35g)
	鹽	1茶匙(5g)	1茶匙(5g)	1茶匙(5g)	1茶匙(5g)
	酵母粉	2茶匙(10g)	2茶匙(10g)	2茶匙(10g)	2茶匙(10g)
水果 (餐間)	柳丁 (過濾果汁)	2顆(300g)	2顆(300g)	2顆(300g)	2顆(300g)

※ 「湯匙」為容量15毫升的標準湯匙

※ 「茶匙」為容量5毫升的標準湯匙

※ 「碗」則為直徑11公分，碗內高5.5公分的標準碗(240毫升)