

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	蛋類	煮熟之各種蛋類	生蛋、鹹蛋、皮蛋。
	肉類	豬、牛、雞、魚等新鮮嫩而無筋的瘦肉。	多筋的肉、肥肉、皮等。
	豆類	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、糖飴、粉飴等。	有刺激性的調味品，如辣椒粉、胡椒粉等。

五、其他注意事項

1. 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。
2. 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。
3. 每次餵食前取出適量隔水加熱至體溫(約37℃)，攪拌均勻後灌食。
4. 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。
5. 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。
6. 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

本著作權人非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫療財團法人

19.8x21cm 2025.04印製 2025.02修訂 HA-3-0014(2)

天然管灌飲食 1500大卡食譜



一、器具準備



標準碗



標準量匙



塑膠湯匙



濾網



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)	0.5碗(90g)
	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	7茶匙(35g)	6茶匙(30g)	5茶匙(25g)	5茶匙(25g)
	鹽	1茶匙(5g)	1茶匙(5g)	1茶匙(5g)	1茶匙(5g)
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）