



菜單：

早餐	肉鬆稀飯糊(主食 2 份，肉鬆 2 份)
早點	奶油洋芋湯(主食 1 份，肉類半份，奶油 1 份)
午餐	芋頭絞肉糊(芋頭 1 份，絞肉 2 份，油 2 份，青菜半份) 柳丁汁一杯(水果 2 份)
午點	熱豆花(豆製品 1 份，糖飴 50g)
晚餐	鮮魚粥糊(魚 2 份，主食 3 份，青菜半份，油 2 份) 楊桃汁一杯(水果 1 份，糖 15 公克)
晚點	牛奶麥糊(牛奶 1 份，麥粉 1 份)



輔英科技大學附設醫院

屏東縣東港鎮中山路 5 號

網址：[//www.fy.org.tw](http://www.fy.org.tw)

營養科電話：

08-8323146 轉 1503

衛教室電話：

08-8323146 轉 1509



全流質飲食

全流質飲食

用途：

手術後，或不能咀嚼吞嚥固體食物者。

原則：

包括所有在體溫下呈液體狀態的食物如牛奶、豆漿、麥片、果汁等。固體食物如肉類、蛋、蔬菜等經剝碎後與主食類煮成半流體狀態，再經果汁機打碎成全流質供應。

注意事項：

1. 流質飲食每 cc 約可供應 0.8Kcal。
2. 消化性潰瘍食用流質飲食，應註明禁甜食。
3. 消化性潰瘍急性出血後，開始進食時，可供應全奶飲食 (Whole Milk Diet) 一天六次。
4. 每日供應 1500cc，含水份 1350cc。

適用症狀：

1. 面骨裂損、口腔、面、頸、頭部手術或有咀嚼、吞嚥困難時。
2. 飲食自清流質進展至低渣或正常飲食之過度期。
3. 急性感染期、腸胃不適時。

4. 食道狹窄及心肌梗塞。

供應全流質可能遭遇問題：

1. 此種飲食除非有很好的設計，否則易因單調，缺乏變化，沒有咀嚼感，而不易長期為人所接受。
2. 病人若有乳糖不耐症，因奶類製品之選擇受限，又因食物體積不能太大，故而不易達到營養需要量。
3. 全流質飲食可能有鐵維生素 A、維生素 B1、菸鹼酸等營養素之缺乏。
4. 吃全流質的病人，多為受傷或手術病人，故其營養需要量可能較常人為

高，而更不易達到需要量。

對設計全流質飲食的一些建議：

1. 為了增加全流質飲食之熱量，可將油脂及糖添加於其中，同時也可增加食物之美味。
2. 可用一些高熱量之商業成品做為點心。
3. 脫脂奶粉可添加於飲料中，以提高蛋白質之供應量。
4. 對於剛由清流質進入全流質飲食之病人，在點心之供應上尤其應力求變化，以減少病人之排拒感。

範例：2000 大卡全流飲食

食類別	份數	蛋白質 (公克)	脂肪 (公克)	糖類 (公克)	早餐	早點	午餐	午點	晚餐	晚點
牛奶	1	8	10	12						1
主食	10	20		150	2	1	3		3	1
蔬菜甲	1						1/2		1/2	
水果	3			30			2		1	
糖飴	50g			49				50		
糖	3			15					3	
肉類	6	45	33		2	1/2	2		2	
豆製品	1	7	5					1		
油	5		25			1	2		2	
總計		80	73	256						

