



年		月		日	
0	5	0	5	0	5
1	6	1	6	1	6
2	7	2	7	2	7
3	8	3	8	3	8
4	9	4	9	4	9

ID					
0	5	0	5	0	5
1	6	1	6	1	6
2	7	2	7	2	7
3	8	3	8	3	8
4	9	4	9	4	9

主食 (米類)	1101	① ② ③ ④ ⑤	主食 (パン類)	1207	① ② ③ ④ ⑤	副菜 (野菜)	2204	① ② ③ ④ ⑤
	1102	① ② ③ ④ ⑤		1208	① ② ③ ④ ⑤		2205	① ② ③ ④ ⑤
	1103	① ② ③ ④ ⑤		1209	① ② ③ ④ ⑤		2206	① ② ③ ④ ⑤
	1104	① ② ③ ④ ⑤		1210	① ② ③ ④ ⑤		2301	① ② ③ ④ ⑤
	1105	① ② ③ ④ ⑤		1301	① ② ③ ④ ⑤		2302	① ② ③ ④ ⑤
	1106	① ② ③ ④ ⑤		1302	① ② ③ ④ ⑤		2303	① ② ③ ④ ⑤
	1107	① ② ③ ④ ⑤		1303	① ② ③ ④ ⑤		2304	① ② ③ ④ ⑤
	1108	① ② ③ ④ ⑤		1304	① ② ③ ④ ⑤		2305	① ② ③ ④ ⑤
	1109	① ② ③ ④ ⑤		1305	① ② ③ ④ ⑤		2306	① ② ③ ④ ⑤
	1110	① ② ③ ④ ⑤		1306	① ② ③ ④ ⑤		2401	① ② ③ ④ ⑤
	1111	① ② ③ ④ ⑤		1307	① ② ③ ④ ⑤		2501	① ② ③ ④ ⑤
1112	① ② ③ ④ ⑤	1308	① ② ③ ④ ⑤	2601	① ② ③ ④ ⑤			
主食 (パン類)	1201	① ② ③ ④ ⑤	副菜 (サラダ)	1401	① ② ③ ④ ⑤	主菜 (肉類)	3101	① ② ③ ④ ⑤
	1202	① ② ③ ④ ⑤		2101	① ② ③ ④ ⑤		3102	① ② ③ ④ ⑤
	1203	① ② ③ ④ ⑤		2102	① ② ③ ④ ⑤		3103	① ② ③ ④ ⑤
	1204	① ② ③ ④ ⑤		2201	① ② ③ ④ ⑤		3104	① ② ③ ④ ⑤
	1205	① ② ③ ④ ⑤		2202	① ② ③ ④ ⑤		3105	① ② ③ ④ ⑤
	1206	① ② ③ ④ ⑤		2203	① ② ③ ④ ⑤		3106	① ② ③ ④ ⑤

主菜 (肉類)	3107	(1) (2) (3) (4) (5)	主菜 (大豆)	3403	(1) (2) (3) (4) (5)	中華料理 エスニック	9105	(1) (2) (3) (4) (5)	
	3108	(1) (2) (3) (4) (5)		3404	(1) (2) (3) (4) (5)		9106	(1) (2) (3) (4) (5)	
主菜 (魚介類)	3201	(1) (2) (3) (4) (5)	牛乳・乳製品	4101	(1) (2) (3) (4) (5)	スープ類 (温・冷)	9201	(1) (2) (3) (4) (5)	
	3202	(1) (2) (3) (4) (5)		4102	(1) (2) (3) (4) (5)		9202	(1) (2) (3) (4) (5)	
	3203	(1) (2) (3) (4) (5)		4103	(1) (2) (3) (4) (5)		9203	(1) (2) (3) (4) (5)	
	3204	(1) (2) (3) (4) (5)	果物 種実類	5101	(1) (2) (3) (4) (5)		9204	(1) (2) (3) (4) (5)	
	3205	(1) (2) (3) (4) (5)		6101	(1) (2) (3) (4) (5)		9205	(1) (2) (3) (4) (5)	
3206	(1) (2) (3) (4) (5)	菓子	7101	(1) (2) (3) (4) (5)	鍋料理	9301	(1) (2) (3) (4) (5)		
3207	(1) (2) (3) (4) (5)		7102	(1) (2) (3) (4) (5)		9302	(1) (2) (3) (4) (5)		
3208	(1) (2) (3) (4) (5)		7103	(1) (2) (3) (4) (5)		9303	(1) (2) (3) (4) (5)		
主菜 (卵類)	3301	(1) (2) (3) (4) (5)	嗜好飲料	8101		(1) (2) (3) (4) (5)	お弁当	9304	(1) (2) (3) (4) (5)
	3302	(1) (2) (3) (4) (5)		8102		(1) (2) (3) (4) (5)		9305	(1) (2) (3) (4) (5)
	3303	(1) (2) (3) (4) (5)		8103	(1) (2) (3) (4) (5)	9401		(1) (2) (3) (4) (5)	
	3304	(1) (2) (3) (4) (5)		8104	(1) (2) (3) (4) (5)	9402		(1) (2) (3) (4) (5)	
	3305	(1) (2) (3) (4) (5)	中華料理・エスニック	9101	(1) (2) (3) (4) (5)	9403		(1) (2) (3) (4) (5)	
	3306	(1) (2) (3) (4) (5)		9102	(1) (2) (3) (4) (5)	9501	(1) (2) (3) (4) (5)		
	3307	(1) (2) (3) (4) (5)		9103	(1) (2) (3) (4) (5)	9502	(1) (2) (3) (4) (5)		
主菜 (大豆)	3401	(1) (2) (3) (4) (5)		9104	(1) (2) (3) (4) (5)	定食	9503	(1) (2) (3) (4) (5)	
	3402	(1) (2) (3) (4) (5)							



PDF	確認
-----	----

●	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
(0)	(1)	(2)	(3)	●	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

※こちらは管理用のマークです。塗らないようにお願い致します。

CAND™は株式会社オルトメディコが開発した簡易式食事記録です。記録者の負担を軽減するために考案されました。

詳しくは <https://CAND.life> をご確認ください。

