ユニバーサルデザインフード区分表（日本介護食品協議会）

区　分		容易にかめる	歯ぐきでつぶせる	舌でつぶせる	かまなくてよい
かむ力の目安		かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくてやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい
飲み込む力の目安		普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい
かたさの目安 ※食品のメニュー例で商品名ではありません。	ごはん	ごはん～やわらかごはん	やわらかごはん～全がゆ	全がゆ	ペーストがゆ
	調理例（ごはん）				
	たまご	厚焼き卵	だし巻き卵	スクランブルエッグ	やわらかい茶わん蒸し(具なし)
	調理例（たまご）				
	肉じゃが	やわらか肉じゃが	具材小さめやわらか肉じゃが	具材小さめさらにやわらか肉じゃが	ペースト肉じゃが
	調理例（肉じゃが）				
物性規格	かたさ上限値 N/㎡	5×10^5	5×10^4	ゾル：1×10^4 ゲル：2×10^4	ゾル：3×10^3 ゲル：5×10^3
	粘度下限値 mPa・s			ゾル：1500	ゾル：1500

学会分類２０１３（とろみ）早見表（一般社団法人日本摂食・嚥下リハビリテーション学会）

	段階１ 薄いとろみ	**段階２** 中間のとろみ	**段階３** 濃いとろみ
英語表記	Mildly thick	Moderately thick	Extremely thick
性状の説明 （飲んだとき）	「drink」するという表現が適切 口に入れると口腔内に広がる。液体の種類・味や温度によっては，とろみがついていることがあまり気にならない場合もある飲み込む際に大きな力を要しない。ストローで容易に吸える。	明らかにとろみがある「drink」するという表現が適切。口腔内での動態はゆっくりですぐには広がらない。舌の上でまとめやすい。ストローで吸うのは抵抗がある。	明らかにとろみがついている。まとまりが良い。送り込むのに力が必要。スプーンで「eat」するという表現が適切なとろみの程度。ストローで吸うことは困難。
性状の説明 （見たとき）	スプーンを傾けるとすっと流れおちる。フォークの歯の間から素早く流れ落ちる。カップを傾け、流れ出た後には、うっすらと跡が残る程度の付着。	スプーンを傾けるととろとろと流れる。フォークの歯の間からゆっくりと流れ落ちる。カップを傾け，流れ出た後には，全体にコーティングしたように付着。	スプーンを傾けても，形状がある程度保たれ，流れにくい。フォークの歯の間から流れでない。カップを傾けても流れ出ない（ゆっくりと塊となって落ちる）。
粘度（mPa･s）	50-150	150-300	300-500
LST 値（mm）	36-43	32-36	30-32