

Aalborg Universitetshospital – Psykiatrien Indlagt

Navn: **Revideret kostplan august 2011**

Diæt navn: **1200 kcal / 5040 kJ**

Planen indeholder 1500 ml væske

Dato: november 30, 2015

Afsnit: afs. BU1

Klinisk diætist: Hanne Ørts Tjell

Måltid	Dagskost forslag
Morgen	Smør til brød = ½ brik smør ¼ skive rugbrød og ¼ skive grovbrød 1 skiver ost 45+ og ¼ brik marmelade eller 1¼ dl sødmælksyoghurt med ¼ dl müsli eller 1 dl sødmælks A 38 / ymer med ½ dl müsli eller ½ dl müsli med ¾ dl letmælk Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 dl juice
Formiddag	½ portion fra Ugeplan Mellemmåltider A1 Drikkevarer: 1 glas vand
Frokost	Smør til rugbrød = ½ brik smør ½ skive rugbrød med 1 portion pålæg Hold 1 ½ skive rugbrød med 1 portion pålæg Hold 2 Grønsager til pynt Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Eftermiddag	½ portion fra Ugeplan Mellemmåltider A1 Drikkevarer: 1 glas letmælk eller 1¼ dl kakaoletmælk
Aften	1 mellemstor kartoffel (æggestørrelse) eller ¾ dl kogt ris/kogt pasta ½ portion kødret (farsret, karbonade, bøf, kylling, fisk) eller 1 stk. frikadelle eller 1 stk. fiskefrikadelle eller 1¼ dl sammenkogt ¼ dl sovs ½ dl salat/grønsager Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Sen måltid	½ portion fra Ugeplan Mellemmåltider A1 Drikkevarer: 1 glas vand