

Aalborg Universitetshospital – Psykiatrien Indlagt

Navn: **Revideret kostplan august 2011**

Diæt navn: **800 kcal / 3360 kJ**

Planen indeholder 1400 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 glas vand
Formiddag	Drikkevarer: 1 glas letmælk
Frokost	Smør til rugbrød = ¼ brik smør ¼ skive rugbrød med ½ portion pålæg Hold 1 ¼ skive rugbrød med ½ portion pålæg Hold 2 Grønsager til pynt Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Eftermiddag	1 stk. frugt Drikkevarer: 1 glas vand
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
Sen måltid	Drikkevarer: 1 glas vand