

# Aalborg Universitetshospital – Psykiatrien Indlagt

Navn: **Kostplan maj 2012**

Diæt navn: **1000 kcal / 4200 kJ**

Planen indeholder 1400 ml væske

Dato: november 25, 2015

Afsnit: afs. S7

Klinisk diætist: Hanne Ørts Tjell

| Måltid      | Dagskost forslag  |
|-------------|---|
| Morgen      | Smør til brød = ¼ brik smør<br>¼ skive rugbrød og ½ skive grovbrød<br>1 skiver ost 45+<br>eller<br>1¼ dl sødmælksyoghurt med 1/3 dl müsli<br>eller<br>1½ dl sødmælks A 38 / ymer med ½ dl müsli eller ¾ dl ymerdrys tilsat sukker<br>eller<br>¾ dl müsli med ¾ dl letmælk<br>Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand |
| Middag      | 1 mellemstor kartoffel (æggestørrelse) eller ¾ dl kogt ris/kogt pasta<br>½ portion kødret (farsret, karbonade, bøf, kylling, fisk)<br>eller<br>1 stk. frikadelle eller 1 stk. fiskefrikadelle eller 1¼ dl sammenkogt<br>¼ dl sovs<br>½ dl salat/grønsager<br>Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand                 |
| Eftermiddag | Drikkevarer: 1 glas letmælk   |
| Aften       | Smør til rugbrød = ½ brik smør<br>½ skive rugbrød med 1 portion pålæg Hold 1<br>½ skive rugbrød med 1 portion pålæg Hold 2<br>Grønsager til pynt<br>Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand  |
| Sen måltid  | ½ portion fra Ugeplan Mellemmåltider S7<br>Drikkevarer: 1 glas vand   |