

Aalborg Universitetshospital – Psykiatrien Indlagt

Navn: **Kostplan maj 2012**

Diæt navn: **2000 kcal / 8400 kJ**

Planen indeholder **1500 ml væske**

Dato: november 25, 2015

Afsnit: afs. S7

Klinisk diætist: Hanne Ørts Tjell

Måltid	Dagskost forslag
Morgen	Smør til brød = ½ brik smør ½ skive rugbrød og 1 skive grovbrød 2 skiver ost 45+ eller 2½ dl sødmælksyoghurt med ¾ dl müsli eller 3 dl sødmælks A 38 / ymer med 1 dl müsli eller 1¼ dl ymerdrys tilsat sukker eller 1¾ dl müsli med 1½ dl letmælk Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 dl juice
Middag	4 mellemstore kartofler (æggestørrelse) eller 3 dl kogt ris/kogt pasta 1 portion kødret (farsret, karbonade, bøf, kylling, fisk) eller 2 stk. frikadelle eller 2 stk. fiskefrikadelle eller 2½ dl sammenkogt ½ dl sovs 1 dl salat/grønsager Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Eftermiddag	1 portion fra Ugeplan Mellemmåltider S7 Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Aften	Smør til rugbrød = ¾ brik smør ½ skive rugbrød med 1 portion pålæg Hold 1 ½ skive rugbrød med 1 portion pålæg Hold 2 ½ skive rugbrød med 1 portion pålæg Hold 3 Grønsager til pynt Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Sen måltid	1 portion fra Ugeplan Mellemmåltider S7 Drikkevarer: 1 glas vand