

Aalborg Universitetshospital – Psykiatrien Indlagt

Navn: **Kostplan maj 2012**
Diæt navn: **3000 kcal / 12.600 kJ**
Planen indeholder 1750 ml væske

Dato: november 25, 2015
Afsnit: afs. S7
Klinisk diætist: Hanne Ørts Tjell

Måltid	Dagskost forslag
Morgen	Smør til brød = 1 brik smør 1 skive rugbrød og 1 skive grovbrød 3 skiver ost 45+ eller 3¾ dl sødmælksyoghurt med 1 dl müsli eller 4 dl sødmælks A 38 / ymer med 1½ dl müsli eller 1¾ dl ymerdrys tilsat sukker eller 2½ dl müsli med 2¼ 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 2 dl salat/grønsager ½ skive grovbrød Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Eftermiddag	2 portioner fra Ugeplan Mellemmåltider S7 Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Aften	Smør til rugbrød = 1 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 ½ skive rugbrød med 1 portion pålæg Hold 4 Grønsager til pynt ½ skive grovbrød Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand
Sen måltid	1½ portion fra Ugeplan Mellemmåltider S7 Drikkevarer: 1 glas letmælk og 1 glas vand