

Kostregistrering

Kosttyp _____

Beräknat energibehov _____ kcal/dygn Maxdryck _____ ml/dygn

Frukost	Serverat	Uppåten mängd				Kcal
		100%	75%	50%	25%	
1 mjuk smörgås, margarin, pålägg		150		75		
1 hård smörgås, margarin, pålägg		100		50		
1 ägg		100		50		
1 dl cornflakes		50		25		
1 dl müsli		150		75		
2 dl gröt		150		75		
E-gröt, 1 portion		200		100		
E-frukost Protino, kex, ost,Bregott		370		185		
1 förp äppelmos/sylt/kaviar		40		20		
Mellanmål fm						
Lunch						
Varmrätt 9 MJ (A, skon, kall, veg)		450	350	225	110	
Varmrätt 12 MJ (A, kall, veg)		600	450	300	150	
Dessert ej färsk frukt		150	100	75	50	
E-kost förrätt 9 MJ		130	100	65	35	
E-kost varmrätt 9 MJ		300	225	150	75	
E-kost dessert 9 MJ		150	100	75	50	
Flyt varm soppa, 250 ml		400	300	200	100	
Flyt kall soppa, 200 ml		100	75	50	25	
Mellanmål em						
Middag						
Varmrätt 9 MJ (A, skon, kall, veg)		450	350	225	110	
Varmrätt 12 MJ (A, kall, veg)		600	450	300	150	
Dessert ej färsk frukt		150	100	75	50	
E-kost förrätt 9 MJ		130	100	65	35	
E-kost varmrätt 9 MJ		300	225	150	75	
E-kost dessert 9 MJ		150	100	75	50	
Flytande varm soppa, 250 ml		400	300	200	100	
Flytande kall soppa, 200 ml		100	75	50	25	
Mellanmål kväll						
Summa mat kcal						

Dygnet räknas från kl 00:00-23:59

Utarbetad av dietisterna på US, Region Östergötland 2024

Vätskeregistrering

Namn: _____

Datum:_____ **Sal:**_____

[illegible]

Summa energi av mat + dryck + kosttillägg _____ kcal

Summa vätska _____ ml