

# MAT- OCH VÄTSKELISTA, Ljungby

Typ av kost..... Konsistens.....

Namn.....

Energibehov .....kcal

- Stol- eller sängbunden patient: vikt i kg x 25 kcal
- Uppgående patient: vikt i kg x 30 kcal

Sal..... Datum.....

<b>Frukost</b>	<i>Serverat</i>	<i>Uppättna kcal</i>
gröt, dl		
välling, dl		
ägg, antal		
flingor, dl		
smörgås, antal		
sill, antal		

<b>Lunch</b>	<i>Serverat</i>	<i>Uppättna kcal</i>
förrätt		
varmrätt		
dessert		

<b>Middag</b>	<i>Serverat</i>	<i>Uppättna kcal</i>
förrätt		
varmrätt		
dessert		

<b>Mellanmål</b>	<i>Serverat</i>	<i>Uppättna kcal</i>

<b>DRYCK</b>				
Max mängd .....				
<b>Vätskesort</b>	<i>Insatt mängd</i>	<i>Kl</i>	<i>Urdrucken mängd</i>	<i>kcal</i>
Summa				

**Summa: .....kcal**

Frukost	Mängd	Kcal
Havregrynsgröt	1 dl	75
EP-Havregrynsgröt	1 dl	125
Mjölkkokt gröt	1 dl	95
EP-Mjölkkokt gröt	1 dl	145
Välling	1 dl	90
Fruktyoghurt	1 dl	90
Corn Flakes	1 dl	50
Müsli	1 dl	150
Bröd m bordsfett, ost/korv/pastej	1 st	185
Bröd m bordsfett, skinka	1 st	145
Ägg	1 st	90
Sillbit	1 st	15

Lunch Middag varmrätt	Mängd	Kcal
A-kost, SNR-kost	1 port	500
Berikad kost	1 port	615
E-kost förrätt	1 port	100
E-kost huvudrätt	1 port	365
Flytande kost, 2,5 dl	1 port	300
Risgrynsgröt A-kost	1 dl	105
Risgrynsgröt E-kost, Berikad kost	1 dl	140

Efterrätt	Mängd	Kcal
<b>A-kost</b>		
Fruktsoppa/kräm/konserverad frukt/fruktris med tillbehör	1 port	120
Paj/kaka m grädd	1 port	400
<b>E-kost</b>		
Fruktsoppa/kräm/konserverad frukt/fruktris med tillbehör	1 port	70
Paj/kaka m grädd	1 port	200
<b>Flytande kost</b> (1 port=2,5 dl)	1 dl	70

Drycker	Mängd	Kcal
Saft/läsk/juice	1 dl	40
Proviva	1 dl	45
Lättmjölk/lättfil	1 dl	40
Mellanmjölk	1 dl	45
Standardmjölk/standardfil	1 dl	60
Lättöl	1 dl	30
Nyponsoppa/saftsoppa	1 dl	50
Lightdryck	1 dl	15
Vispgrädde, ovispad	1 dl	380
Vispgrädde, ovispad	1 msk	55
Kaffegrädde	1 msk	20
Buljong	1 dl	5
Resource Aktiva (katrinplommon)	1 dl	55
Säröbomb/Nattadrikk	1 dl	160
Flytande kost Mellanmålsdrink	1 dl	120
O'boy (32 g) i vatten	1 port	110
O'boy-pulver	1 msk	30

Godis, snacks, sylt, socker	Mängd	Kcal
Kexchoklad	13 g	65
Plopp	12 g	60
Socketbit	1 st	15
Sylt/mos/marmelad	1 msk	35

Mellanmål	Mängd	Kcal
Bordsfett, 75 %	1 tsk	30
Bordsfett, 38 %	1 tsk	15
Ost	1 skiva	55
Mjukost	2 tsk	40
Mjukt bröd	1 st	80
Hårt bröd/knäckebröd	1 st	40
Rån	1 st	15
Skorpa	1 st	50
Digestivekex	1 st	70
Saltinkex	1 st	20
Kex, typ Marie	1 st	25
Kex, typ Wafers	1 st	35
Bulle/veteskiva	1 st	120
Wienerbröd	1 st	210
Brödbulle	1 st	125
Kringla	1 st	120
Muffins	1 st	235
Småkaka	1 st	30
Rulltårta, ca 2 cm	1 st	100
Äggväffla	1 st	140
Pannkaka	1 st	70
Yoggi, bögare	1 st	160
Glass, bögare	1 st	120
Lightglass, bögare	1 st	60
Frukt - genomsnitt	1 st	75
Krä	1 dl	70
EP-snitt	1 st	100
Tunnbrödsrulle	1 st	80
Bake-off smörgås m skinkröra	1 st	110

Kosttillägg	Mängd	Kcal
Fortimel Jucy	1 dl	150
Resource Addera plus	1 dl	150
Fresubin Energy	1 dl	150
Fortimel Yoghurt Style	1 dl	150
Fortimel Compact 125 ml	1 fpk	300
Fresubin Protein Energy	1 dl	150
Resource 2.0 fiber	1 dl	200
Diben drink	1 dl	150
Renilon 7,5, 125 ml	1 fpk	250
Fresubin 2 kcal Crème 125 g	1 fpk	250
Fresubin Dessert Fruit 125 g	1 fpk	200
Nutrical	1 dl	250
Calogen	30 ml	140

**Glas** 150 ml  
**Mugg** 200 ml  
**Litet glas (nutricia/resource)** 75 ml  
**Snapsglas** 30 ml  
**Soppslev plast** 100 ml  
**GBP Glas, Kopp, Soppskål** 100 ml  
*OBS! avdelningars glas/mugg kan skilja sig åt*