

MAT- OCH VÄTSKELISTA

Energibehov: Proteinbehov:	Typ av kost:	Konsistens:	Namn:
			Datum:

Frukost – kl _____		Serverat	Uppätet	Kcal	Protein	Middag – kl _____		Serverat	Uppätet	Kcal	Protein	Kvällsmat – kl _____		Serverat	Uppätet	Kcal	Protein	
			1						2						3			

Mellanmål	Förfrukost – kl _____				Förmiddag – kl _____				Eftermiddag – kl _____				Kväll - kl _____				Sent kvällsmål – kl _____				
	Serv.	Uppätet	Kcal	Protein	Serverat	Uppätet	Kcal	Protein	Serv.	Uppätet	Kcal	Protein	Serv.	Uppätet	Kcal	Protein	Serv.	Uppätet	Kcal	Protein	
		4					5				6				7				8		

VÄTSKELISTA, inklusive mjölk, fil, välling, kräm, soppa, näringsdryck					
Klockslag	Serverat		Uppdrucket		
	Typ av dryck	ml	ml	kcal	protein
			9		

	Energi per os	Protein per os
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
Totalt:		
Behov:		
Skillnad behov – intag:		