

Mellemmåltider

Det er vigtigt, at du også spiser to-fire mellemmåltider, så du får dækket dit behov for energi og protein hver dag. Vælg mellem:

- Kage
- Boller med smør og marmelade eller ost
- Frisk frugt
- Kolde og varme drikke
- Frugtgrød
- Desserter og energitæt is
- Koldskål med kammerjunkere
- Pandekager med energitæt is
- Rosiner, nødder, mandler og saltede peanuts
- Diætmåltid.

Se også mellemmåltidsplakaten på afdelingen for mere inspiration.

Pårørende på Hillerød Hospital

Pårørende kan købe spisebilletter i kiosken eller ved kioskvognen og dermed få mulighed for at spise sammen med patienten.

Spørg efter pjecen: ”Mad til pårørende”.

Vi håber, at du vil nyde dine måltider og hører gerne fra dig, hvis du har kommentarer.

Med venlig hilsen og velbekomme!

Køkkenet



Køkken og Kantine

Hillerød Hospital
3400 Hillerød

Kontaktperson:

Køkkenchef
Søren Damm
Tlf: 24 40 13 02
E-mail: sdamm@hih.regionh.dk

eller

Kvalitets- og servicechef
Lone Munk
E-mail: lomu@hih.regionh.dk

www.hillerodhospital.dk

Oktober 2011

REGION

Køkken og Kantine

Køkkenets Tilbud til Patienterne



Foto: Colourbox

Køkken og Kantine

Kære patient

I denne folder kan du læse om den mad og de drikkevarer, hospitalet tilbyder under indlæggelsen.

Der er forskellige årsager til indlæggelse og derfor også forskel på den mad, vi tilbyder patienterne.

Tre typer kost

Personalet anbefaler dig som udgangspunkt enten sygehuskost, kost til småtspisende eller normalkost.

Sygehuskost og kost til småtspisende anbefales, hvis du:

- har nedsat appetit og spiser mindre, end du plejer
- har brug for meget energi og protein i mindre mængder mad.

Normalkost anbefales, hvis du:

- har god appetit og spiser som du plejer
- ikke har øget behov for energi og protein.

Normalkosten er fedtfattig og anbefales derfor også til diabetikere og til patienter, der skal nedsætte indholdet af kolesterol/fedt i blodet.

Det er vigtigt at **drikke rigeligt**, gerne to liter dagligt. Er din appetit nedsat, anbefaler vi, at du vælger væske, der indeholder meget protein. Det anbefales at indtage 20-30 g protein fra drikke og mælkeprodukter daglig, ud over det der findes i maden.

Tal med personalet

Maden er en vigtig del af behandlingen. Tal derfor gerne med plejepersonalet om, hvilken kost du har behov for, om

portionsstørrelser, madens konsistens, brødtyper, antal stykker brød med mere.

Dagens måltider

Morgenmad

Serveres som 'smør selv'. Du kan vælge mellem:

- Groft rugbrød, mørkt rugbrød, franskbrød, grovbrød, tebolle, rundstykke og wienerbrød
- Rundstykker serveres onsdag og søndag
- Smør og minarine
- Ost 45⁺ og ost 30⁺
- Marmelade, nutella og honning
- Øllebrød og havregrød
- Havregryn, müsli og cornflakes
- Surmælksprodukter fx yoghurt, ylette, ymer og cultura.

Middagsmad (frokost)

Vi tilbyder varm mad med tre forskellige hovedretter, heraf en vegetarret samt valg mellem to desserter.

Spørg efter ugens menuplan eller se den på opslagstavlen i afdelingen.

Aftensmad

Vi tilbyder smørrebrød, kolde anretninger og sandwich.

På nogle afdelinger serveres aftenmåltidet anrettet på fade.

Supplement til det varme og det kolde måltid:

- Råkost, gulerodsråkost eller blandet salat
- Kartoffelmos, ris eller pasta (kun til middagsmaden)
- Suppe
- Klar suppe med boller og urter
- Risengrød med smørklat og kanelsukker
- Frugtgrød, dessert og energitæt is.