

# Vejledning til kostregistrering

Til patienter og pårørende

## Skemaet medbringes til samtalen hos diætisten eller sendes til

Diætist Ambulatorium  
Sydvestjysk Sygehus Esbjerg eller Grindsted

Alt, hvad du spiser og drikker skrives på skemaet, og der udfyldes en kolonne for hver dag.  
Fx 3 hverdage og 1 weekenddag, helst i forlængelse af hinanden.

Beskriv den spiste mængde så nøjagtigt som muligt.

### Glem ikke at angive

- morgenmadstyper, fx havregryn, cornflakes, chokopops
- brødtype, fx rugbrød, rundstykke eller knækbrød
- fedtstof, fx smør, plantemargarine, eller minarine
- ostens fedtprocent
- hvilken slags grøntsager, der indgår i råkost og salater
- hvilken slags kød, der er anvendt ved tilberedning af den varme ret
- hvilken slags pålæg
- kager, drikkevarer og slik
- sukker og fløde i te og kaffe
- sukker på brød eller lignende

### Angiv mængderne i

- tsk., spsk., skiver, stk., g eller deciliter
- angiv eventuelt vægten i gram (brød, gryn, kartofler, ris og pasta)
- Medbring gerne poser og anden emballage fra fx brød og mysli.

### Klokkeslæt

Angiv klokkeslæt for hvornår du spiser.

Opstår der tvivl i forbindelse med kostregistreringen, kan du altid kontakte den kliniske diætist.