



Matplan

Legg en plan for dagens måltider og fyll gjerne ut for flere dager for å få en god oversikt. Totalt næringsinntak skal bestemmes i samråd med helsepersonell i henhold til gjeldende kostholdsanbefalinger. Vi minner om at Hiquid Food-produktene er dosert, og må ses i sammenheng med andre måltider gjennom dagen. Legg til ekstra vann og mellommåltider etter behov. Les mer om Hiquid Food blended soups og få flere oppskriftsforslag i det digitale kurset vårt.

Måltid/ klokkeslett	Hiquid Food	gr	ml væske	fettkilde	kcal	kommentar/ reaksjon
	Hiquid Food homemade					
	Annet					
	Ekstra vann/væske	ml				
	Hiquid Food	gr	ml væske	fettkilde	kcal	kommentar/ reaksjon
	Hiquid Food homemade					
	Annet					
	Ekstra vann/væske	ml				
	Hiquid Food	gr	ml væske	fettkilde	kcal	kommentar/ reaksjon
	Hiquid Food homemade					
	Annet					
	Ekstra vann/væske	ml				
	Hiquid Food	gr	ml væske	fettkilde	kcal	kommentar/ reaksjon
	Hiquid Food homemade					
	Annet					
	Ekstra vann/væske	ml				
	Hiquid Food	gr	ml væske	fettkilde	kcal	kommentar/ reaksjon
	Hiquid Food homemade					
	Annet					
	Ekstra vann/væske	ml				

UKE _____ DAG _____

NAVN _____

DIGITALT KURS: RÅVAREBASERT SONDEERNÆRING

Scann QR-koden for å få tilgang til gratis kurs.

hiquidfood.com/videokurs

