

## Kosttilbud fra MAD til hver DAG

Navn på kost:	Beskrivelse af kosten:	Kosten er tiltænkt:
<b>Fuldkost</b>	Fuldkost tilpasset ældres behov. Fedtindhold: ca. 40-45 % Proteinindhold: ca. 15-18 %	Ældre borgere uden særlige kosthensyn og med normal tyggefunktion.
<b>Småtpisende</b>	Maden tilberedes med ekstra piskefløde og energitilskud, hvor det er muligt (fx i mos, sovs og frugtgrød) Fedtindhold: ca. 50 % Proteinindhold: ca. 18 %	Ældre borgere med risiko for underernæring pga. utilsigtet vægttab og/eller nedsat appetit. Normal tyggefunktion.
<b>Blød kost</b>	Maden er sammensat af tyggevenlige fødevarer med en ensartet konsistens. Maden er energiberiget som <i>Energirig</i> .	Ældre borgere med 'rimelig' tyggefunktion, men dog med risiko for fejlsynkning. (Dysfagi, Parkinson, Alzheimer, Sclerose mv.).
<b>Gratinkost</b>	Maden er helt findelt og kræver ingen tyggefunktion (smelter på tungen/i munden). Maden er energiberiget som <i>Energirig</i> .	Ældre borgere med dårlig tyggefunktion, og hvor der er risiko for fejlsynkning. Kan bruges som overgangskost til <i>Blød kost</i> , hvis borgeren evt. genvinder tyggefunktionen (fx efter apopleksi).
<b>Vegetar</b>	Ved vegetarkost gives som udgangspunkt æg og mælkeprodukter. Enkelte retter indeholder fisk og fjerkræ, disse kan fravælges.	Vegetarer, evt. borgere som ikke spiser svinekød.
<b>Diabetes</b>	Kost med større mængde grøntsager, færre kartofler. Biretter er tilsat max 5 g sukker pr. portion. Fedtindhold: max 35 % Proteinindhold: ca. 10-20 %	Diabetikere type I og II