

Sådan bruger du Atpo 200[®] og Energi-Plus-blanding

Når du har nedsat appetit eller er småtspisende, er det vigtigt, at du får rigeligt protein og energi i din mad. Du kan nemt øge dit indtag af protein og energi ved at tilsætte din daglige kost Atpo 200[®] og Energi-Plus-blanding.

Atpo 200[®] og Energi-Plus-blanding er en flydende blanding, som du kan tilsætte drikkevarer eller blød kost. Blandingen tilføjer protein gennem Atpo 200[®] og ekstra energi gennem Energi-Plus.

Det er vigtigt, at du spiser og drikker, hvad du kan og har lyst til, selvom du tilsætter Atpo 200[®] og Energi-Plus-blandingen. Blandingen alene kan ikke dække dit behov for protein, energi, vitaminer og mineraler.

SÅDAN LAVER DU BLANDINGEN

Du skal selv lave blandingen. Du skal bestille ingredienserne på dit lokale apotek eller på Mediq Danmarks hjemmeside www.mediqdanmark.dk

Sådan gør du

Du skal bruge:

- 100 g Energi-Plus
- 100 g Atpo 200[®]
- 200 ml vand

Pisk pulveret ud i vandet under opvarmning. Lad blandingen koge op og køle ned igen. Blandingen har en holdbarhed på 1 uge i køleskab.

25 ml Atpo 200[®] og Energi-Plus-blanding indeholder 210 kJ (50 kcal) og 6 g protein.

SÅDAN ANVENDER DU BLANDINGEN

Du kan tilsætte Atpo 200[®] og Energi-Plus-blandingen i alt, som den kan røres ud i, fx øllebrød,

havregrød, frugtgrød, yoghurt, supper, sovs, mælk, juice, kaffe og lignende.

Atpo 200[®] og Energi-Plus-blandingen kan bruges i både kolde og varme drikke og retter, og blandingen tager ikke skade af at blive varmet op igen.

Du skal bruge 20-25 ml Atpo 200[®] og Energi-Plus-blanding per 100-150 ml mad eller drikke. Rør blandingen og fødevarer sammen med en ske, og spis eller drik det med det samme.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Diætistenheden

Tlf. 97 64 00 60

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.00 – 15.00