

Vejledende ombytningsliste: Ceneman Energy Fibre 640 kJ/6 g protein pr. 100 g		 ODENSE KOMMUNE	Antal ml der kan erstatte
Grød			
2 dl	Havregrød, managrød og risengrød (ca. 225 g) <i>grøden er kogt på sødmælk og drysset efter ønske</i>		150 ml
2 dl	Øllebrød serveret med 1/2 dl piskefløde		100 ml
Brød, ost og pålæg			
1/2 skive	Blødt brød med smør og ost eller højt belagt blødt pålæg		100 ml
1 stk	Æg		60 ml
1 skive	Ost		50 ml
Varme retter			
2 dl	Klar suppe eller legeret suppe med kødboller		130 ml
1/2 portion	Energitæt mad fra Byens Køkken: kød/fisk (35 g + sovs og kartofler)		130 ml
1 portion	Energitæt kartoffelmos fra Byens Køkken: 75 g med 100 g sovs		80 ml
1 portion	Energitæt kød/fisk med sovs fra Byens Køkken: 70 g kød/fisk		170 ml
Desserter			
1 portion	Fromage fra Byens Køkken		110 ml
1 portion	Risifrutti, Dr. Oetker fromage, Protino dessert		100 ml
Mælkeprodukter			
2 dl	Surmælksprodukt (3,5% fedt) (<i>ymer, tykmælk, sødmælksyoghurt</i>)		100 ml
1,5 dl	Mælk (<i>sød-, let-, kærne-, kakaomælk eller koldskål</i>)		60 ml
1,25 dl	Protino Plus		170 ml
1,5 dl	Solskinsdrik: (<i>Kærnemælk + piskefløde + saft</i>)		80 ml
1,5 dl	Hjemmelavet proteindrik: (<i>Kærnemælk + piskefløde + saft + valleprotein</i>)		120 ml
1,5 dl	Beriget mælk: (<i>Sød-, let-, kærne-, kakaomælk eller koldskål + 10 g valleproteinpulver</i>)		100 ml
Ernæringsdrikke			
1 stk	Juicebaseret ernæringsdrik (2 dl) <i>Ressource Addera Plus, Fresubin Jucy, Nutridrink Juice style</i>		160 ml
1 stk	Juicebaseret ernæringsdrik (2 dl) – høj protein <i>Ressource Ultra Fruit</i>		200 ml
1 stk	1,5 kcal ernæringsdrikke (2 dl) <i>Resource Komplet, Fresubin Energy Drink, Cenaman Drink Energy, Nutridrink (yoghurt style)</i>		200 ml
1 stk	1,5 kcal ernæringsdrik m. ekstra protein (2 dl) <i>Resource Protein, Fresubin Protein Energy Drink, Fresubin Yodrink, Cenaman Protein Energy Drink, Nutridrink Protein</i>		250 ml
1 stk	2,0 kcal ernæringsdrikke (2 dl) <i>Resource 2,0, Fresubin 2 kcal Drink, Cenaman Drink Energy 2,0</i>		250 ml
1 stk	Compact ernæringsdrikke (1,25 dl) <i>Resource 2,5 compact, Nutridrink Compact</i>		180 ml
1 stk.	<i>Nutridrink Compact Protein (1,25 dl)</i>		220 ml

