

### 有營飲食 (三)

病人的飲食，最重要是均衡，食量恰當。因為每樣食物所含的營養各有不同，只要能進食各種各類的食物，便可以吸收不同的營養，供應身體的需要。提供熱量的食物有澱粉質類食品、肉類、水果、奶及其代替品。若體重減輕，食慾不振，不妨吃多點營養較豐富的甜品同豆腐花、紅豆沙等，增加體力。

早餐： 蕃茄雜菜碎肉通粉 / 湯米



午餐： 冬菇雞飯、油菜



晚餐： 百花蒸釀豆腐、蒸釀節瓜



營養小食： 水果 / 杏仁露

