

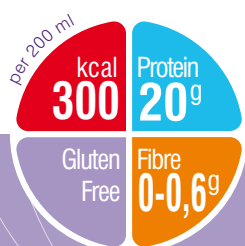
NUTRICIA Nutridrink Protein

zaručený zdroj bílkovin

- obsahuje 20 g bílkovin a 300 kcal ve 200 ml
- tekutá výživa indikovaná při nedostatečném příjmu nebo zvýšené potřebě bílkovin
- doporučený denní příjem 1–3 lahvičky



3 lahodné příchutě:
vanilka, lesní ovoce, čokoláda



Materiál je určen pro odbornou veřejnost

Potravina pro zvláštní výživu - potravina pro zvláštní lékařské účely

Nutricia a.s.
Na Hřebenech II 1718/10, 140 00 Praha 4
infolinka: 800 110 001
e-mail: informace@nutricia.cz
www.nutricia.cz

NUTRICIA
Advanced Medical Nutrition












Myslíme na dostatečný příjem bílkovin?

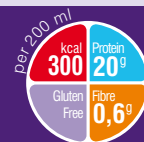
Denní potřeba bílkovin

Tělesná hmotnost	Denní potřeba bílkovin	
	Zdravý dospělý 0,8 g bílkovin/kg tělesné hmotnosti ¹	Zdravý senior 1–1,2 g bílkovin/kg tělesné hmotnosti ²
60 kg	48 g bílkovin	60 - 72 g bílkovin
70 kg	56 g bílkovin	70 - 84 g bílkovin
80 kg	64 g bílkovin	80 - 96 g bílkovin

Některá onemocnění (např. malnutrice, dekubity) denní potřebu bílkovin ještě zvyšují^{3,4}

Zdroje plnohodnotných bílkovin

Potravina	Počet kusů na 20 g bílkovin	Objem (g, ml) na 20 g bílkovin
Vejce		
Hovězí maso		100 g
Kapr		125 g
Polotučné mléko		625 ml
Jogurt		600 g
Pribináček		270 g
Mléčný pudíng		675 g
Plnotučný tvaroh		250 g
Tavený sýr		175 g
Tvrký sýr Eidam		70 g
Nutridrink Protein		200 ml



Reference:

- Genton L. et al: Nutritional requirements for health at rest and on exercise, Adult subjects, *Macronutrients* 2004, 37-43. In: *Basics in clinical nutrition*, Sobotka L. Editor-in-Chief, Galén Prague;
- Jurašková B. a o.s.: Poruchy výživy ve stáří. *Medicína pro praxi* 2007, 4 (11), 443-446;
- Stanga Z. et al: Nutrition in the elderly 2004, 363-383. In: *Basics in clinical nutrition*, Sobotka L. Editor-in-Chief, Galén Prague;
- European Pressure Ulcer Advisory Panel: Nutritional Guidelines for Pressure Ulcer Prevention and Treatment, 2003