



## Eiwitrijke tussendoortjes

Op deze kaart vindt u warme en koude eiwitrijke hapjes, zowel hartig als zoet. Wij adviseren u dagelijks 3 tussendoortjes te gebruiken, tenzij de diëtist anders adviseert. Verdeel deze tussendoortjes over de dag, bijvoorbeeld tussen de hoofdmaaltijden in.

### Vis

- huisgerookte makreel\*
- huisgerookte makreel met toast\*
- huisgerookte zalm\*
- huisgerookte zalm met toast\*
- kibbeling\*
- haring
- haring met uitjes

### Kaas

- flensje met kaas
- kaas 30+ met zilverui
- kaasblokjes

### Vlees

- gekookt ei met rookvlees
- gekookt ei met ham
- gehaktballetjes
- rolletje kipfilet met augurk

### Overig

- bouwsteentje (petit four)\*
- dessertmousse\*
- bananenbrood\*
- eiwitrijke rozijnenbol
- pinda's, ongezoeten\*
- gemengde noten, ongezoeten\*
- eiwitrijk roomijs\*

### Zuivel\*

- magere kwark
- vruchtenkwark
- eiwitrijke aardbeienshake
- eiwitrijke chocolademelk
- fruitige zuiveldrank

Tussendoortjes met een \* bevatten minder zout.

Bij ziekte en herstel is eiwit de belangrijkste voedingsstof voor herstel.

Ook de algemene menukaart biedt mogelijkheden voor tussendoortjes. Let daarbij op de groene duimpjes.

### Vragen?

Bel het maaltijdservicecentrum via 4401 of benader uw diëtist.

## Dieetvoedingen op voorschrift van de diëtist

Te bestellen	Soort drinkvoeding	Smaken	Samenstelling (gr. eiwit)
	<b>Ensure plus advance</b> op basis van melk met vezels, 220 ml	banaan chocolade vanille	20
	<b>Ensure compact</b> op basis van melk, 125 ml	aardbei banaan vanille	13
	<b>Nutridrink compact protein</b> op basis van melk, 125 ml	aardbei mokka perzik/mango tropical gember rode vruchten	18
	<b>Delical le Brassé</b> op basis van yoghurt 200 ml	citroen perzik vanille	20
	<b>Delical Floridine Pudding</b> op basis van melk 125 ml	chocola koffie vanille	12
	<b>Enlive plus</b> op basis van sap , 200 ml	appel perzik	10
	<b>Nutrinidrink smoothie</b> op basis van fruit met vezels, 200 ml	rode vruchten zomerfruit	7
	<b>Nutilis fruit</b> op basis van fruit met vezel, 150 g	aardbei appel	10
Te bestellen	Overige producten	Smaken	Samenstelling (gr. eiwit)
	<b>Eiwitrijk vruchtensap</b> 150 ml	appel/aardbei appel/blauwe bes sinaasappel	10
	<b>Prosource plus</b> 30 ml	bosbes	15