

# Richtlijnen voor het meebrengen

Bij kiemarme voeding

**Omdat het ziekenhuisassortiment niet altijd aan ieders wensen kan voldoen, wordt regelmatig gevraagd welke voedingsmiddelen van thuis meegenomen kunnen worden. Hieronder volgt een lijst met toegestane voedingsmiddelen en een lijst van niet toegestane voedingsmiddelen.**

## **Toegestaan zijn:**

### *Fruit*

- indien vers, gaaf en schilbaar
- fruit of vruchten uit blik of glas, mits nog ongeopend en bij voorkeur in kleinverpakking. Gedroogd fruit alleen in bewerkte producten zoals krenten- en vruchtenbrood en maaltijd- en chocoladerepen

### *Aandachtspunt:*

- vers fruit moet gaaf zijn en worden gewassen voordat het wordt geschild

## **Dranken**

- alle soorten fabrieksmatig verpakte vruchtensappen, frisdranken, melk- en yoghurt dranken en milkshakes
- limonadesiroop

### *Aandachtspunten:*

- let op de uiterste houdbaarheidsdatum
- na openen mogen dranken maximaal 24 uur gebruikt worden
- melkproducten die langer dan 2 uur uit de koeling zijn mogen niet meer gebruikt worden. Dit geldt ook als de verpakking nog dicht is. Houd deze producten tijdens de reis naar het ziekenhuis bij voorkeur koel. Dat kan bijvoorbeeld in een koeltas of geïsoleerde tas, waarin u ook diepvriesproducten kunt vervoeren en door koelelementen bij de producten te leggen
- laat dranken zo kort mogelijk buiten de koelkast staan
- limonadesiroop (geopende verpakking) maximaal 1 week in de koelkast bewaren
- dranken niet direct uit de verpakking drinken, maar uitschenken in een glas of kopje of drinken met een rietje

## **Snoepgoed, chocolade, ijs**

Fabrieksmatig bereid en verpakt, in originele verpakking meenemen.

### *Aandachtspunt:*

- snoep mag maximaal 1 week bewaard worden in een afgesloten

trommel. U gebruikt de trommel alleen zelf

- bij voorkeur per stuk verpakt

## **Gebak en koek**

Alle soorten koekjes of dagvers gebak, die in het geheel in de oven geweest zijn, zoals appeltaart, cake, boterkoek. Dus zonder toevoegingen van slagroom, crème, glazuur of garneringen.

*Aandachtspunten:*

- alle gebak, koekjes en dergelijke moeten verpakt meegenomen worden
- koek mag maximaal 1 week bewaard worden in een afgesloten trommel.  
U gebruikt de trommel alleen zelf
- bij voorkeur per stuk verpakt

## **Hartige versnaperingen**

Chips en zoutjes, indien fabrieksmatig verpakt. Producten geschikt voor de magnetron.

## **Niet toegestaan zijn:**

- onverpakt brood
- al in de winkels belegde broodjes zoals 'broodje gezond' of 'broodje kaas', pudding- en koffiebroodjes
- muesli, en andere onbereide graan- en/of zemelproducten
- cruesli met gedroogd fruit of noten
- honing
- rauwe vleeswaren zoals rosbief, fricandeau, ossenworst en filet américain
- leverworst
- zachte patésorten in grootverpakking
- niet gepasteuriseerde of gesteriliseerde kazen, de rauwmelkse kazen (met aanduiding 'au lait cru') zoals kaas rechtstreeks 'van de boer' en zachte buitenlandse kazen
- schimmelkazen
- harde kazen met toevoegingen, zoals komijne- en nagelkaas
- niet gepasteuriseerde melk, zoals rechtstreeks 'van de boer'
- fruit, dat zacht en niet schilbaar is, zoals aardbeien, kersen, frambozen, bessen, druiven, bramen, pruimen en gedroogd fruit als krenten en rozijnen. Gedroogd fruit is wel toegestaan als het is meegebakken (bijvoorbeeld in krentenbrood, vruchtenbrood)
- kruidenthee
- los snoep of losse koek van de markt of uit schepbakken
- losse pinda's of noten van de markt of uit schepbakken
- soft- en schepijs
- warme maaltijd van thuis
- rauwkost
- rauwe visproducten, schaal- en schelpdieren zoals haring, mosselen en garnalen
- vacuüm verpakte (gerookte) vis zoals zalm en paling
- rauwe ei-producten zoals spiegelei, zacht gekookt ei
- zelfbereide koude saus, zoals mayonaise
- peper
- Probiotica zoals bijvoorbeeld Vifit, Activia, Actimel, Yakult, Bifiene, TopVit.
- nog na te gisten bier als Trappisten- en witbier. Pilsener is wel toegestaan. Bespreek het gebruik van alcohol altijd met uw arts

Wilt u iets anders meenemen en u twijfelt of het is toegestaan, overleg dan met de verpleegkundige. Zij neemt indien nodig contact op met een diëtist.