

Bestellen? Zo werkt het!

1.

Kies uw maaltijd.

2.

Bel het maaltijd servicecentrum 4401 om te bestellen. (of 0318 43 44 01)

3.

Wij bezorgen het eten binnen 45 minuten

- Bestellen kan tussen 7.00 en 18.15 uur.
- U kunt de maaltijd alleen op de dag zelf bestellen. Het ontbijt mag wel de avond van tevoren aangevraagd worden.

Tips voor eten bij ziekte:

Bij ziekte is eiwit de belangrijkste voedingsstof voor herstel.

Eet zo veel mogelijk eiwitrijke producten verspreid over de dag, zowel bij de hoofdmaaltijden als bij een tussendoortje. Eiwitrijke producten zijn: zuivel- en sojaproducten, vlees, vis en kip, kaas, vleeswaren en ei, pinda's.

👉 Op de menukaart zijn de eiwittoppers te herkennen aan het duimpje.

Waarom deze menukaart?

U krijgt deze menukaart omdat u aangepaste maaltijden nodig heeft. De gerechten op deze kaart worden door onze keuken zo geserveerd dat u deze gemakkelijk kunt eten en slikken.

Wat moet ik kiezen?

Van de logopedist of verpleegkundige krijgt u te horen wat voor soort voeding voor u geschikt is: gemalen, fijn gemalen, vloeibaar of dun vloeibaar.

Gemalen	Alle gerechten van de kaart
Fijn gemalen	Alle gerechten met een <i>f</i> in het [rode] vlak en alles uit het [blauwe] vlak
Vloeibaar	Alle gerechten gerechten in het [blauwe] vlak
Dun vloeibaar	Alle dranken, soepen en ijs

Uw bezoek kan mee-eten!

Tegelijk met uw eigen maaltijd kunt u voor uw bezoek een maaltijd bestellen. Hiervoor is een maaltijdbon nodig. Deze zijn verkrijgbaar bij de receptie in de centrale hal. De maaltijdbon levert u in bij de roomservice-medewerker op het moment dat de maaltijd gebracht wordt. Een menukaart kunt u vragen bij de verpleging.

Allergie of eetgewoonte?

Eet u vegetarisch? Heeft u een voedselallergie, of eet u bijvoorbeeld geen varkens- of rundvlees? Bel met het maaltijd servicecentrum (4401), zij kunnen precies vertellen wat de ingrediënten van de maaltijd zijn.

Gebruikt u medicijnen?

Overleg met de verpleegkundige over uw maaltijden of tussendoortjes. Het kan zijn dat uw medicatie moet worden afgestemd op uw eten en drinken.

Aandacht voor voeding en beweging.

Als ziekenhuis besteden we extra aandacht aan onze maaltijden en voeding. Gezond en smakelijk eten en voldoende bewegen zijn een belangrijke basis voor uw herstel. We doen ook wetenschappelijk onderzoek naar voeding en beweging, ziekte en gezondheid. Uiteraard passen we de resultaten toe in de zorg voor onze patiënten!

Gedreven door kennis
Gericht op gezondheid

Ziekenhuis
Gelderse
Vallei

Tips voor gezond eten

Zorg voor variatie in uw maaltijden

Kies vooral volkorenproducten

Gebruik zachte of vloeibare smeeren bereidingsvetten.

Voor meer adviezen en informatie zie www.voedingscentrum.nl

Dagelijks
veel groente
2 porties fruit
enkele porties zuivel
handje noten/pinda's

Wekelijks
1x (vette) vis
peulvruchten

Beperken
suiker en suikerrijke producten
zout en zoutrijke producten
rood en bewerkt vlees



Menukaart

Gemakkelijker te eten en te slikken gerechten





Bestellen?
bel **4401**



De keuken is
open van 07.00
tot 18.15 uur

Alle maaltijden worden bereid in onze eigen keuken

**Bestellen kan tussen
07.00 en 18.15 uur.**

Deze producten kunt u kiezen
bij een gemalen en fijngemalen
dieet. Brood wordt zonder korst
geserveerd.

Brood

fijn volkorenbrood *f*
witbrood *f*
bruin bolletje *f*
wit bolletje *f*
ontbijtkoek *f*
rozijnenbrood

Voor af en toe

croissant

Boter



dieethalvarine *f*
dieetmargarine *f*
roomboter *f*

Zoet beleg

aardbeienjam *f*
abrikozenjam *f*
kersenjam *f*
appelstroop *f*
keukenstroop *f*
honing *f*
hazelnootpasta *f*
chocoladepasta *f*
hagelslag melk
hagelslag puur
vruchtenhagel
witte basterdsuiker

f = geschikt voor fijngemalen








Vlees beleg

franse paté *f*
leverpastei *f*
kipfilet 
kalkoenham 
runderrookvlees 
achterham 
gebraden gehakt 

Kaas

smeerkaas 20+ *f*
roomkaas *f*
kaas 30+ minder zout 
jonge kaas 
belegen kaas 
komijnekaas 30+ 
geitenkaas 


Overig beleg

pindakaas *f* 
gerookte zalm 
haring 
gekookt ei 
omelet 
zalsalade 
eiersalade 

Fruit

banaan *f*
kiwi *f*

Extra

geraspte kaas 

**Bestellen kan tussen
07.00 en 18.15 uur**

Deze producten zijn geschikt
voor het (fijn) gemalen en (dik)
vloeibare dieet. Bij een dun
vloeibaar dieet zijn alleen
dranken en soepen geschikt.

Zuivelproducten

havermoutpap (warm of koud) 
griesmeelpap (warm of koud) 
granenpap (warm of koud) 
custardpap (warm of koud) 
halfvolle yoghurt 
vruchtenyoghurt 
kleintje kwark 
magere kwark 
vruchtenkwark 
vanillevla
chocoladevla
sojavla

Fruit

appelmoes
pruimenmoes
vruchtenmoes

Smaakmakers

suiker
zoetstofstick
halfvolle koffiemelk
zout
peper
tomatenketchup
mosterd
fritessaus
remouladesaus
toef slagroom

Dranken

koffie
koffie verkeerd
cafeïnevrije koffie
thee
thee verkeerd
drinkbouillon
halfvolle melk (warm of koud) 
karnemelk 
sojamelk 
yoghurt drank 
halfvolle chocolademelk
(warm of koud) 
multivitamine light
smoothie
sinaasappelsap
appelsap
tomatensap
bosvruchtendrank
ijsthee
sinas
cola light
cola
* flesje rode wijn (18 cl)
* flesje witte wijn (18 cl)
* flesje bier (25 cl)

Ijs

vanille ijs
waterijs
* = in overleg met verpleging en
tegen betaling verkrijgbaar

Toegevoegde voedingsstoffen

Bij vloeibare voeding is het
lastig om voldoende voedings-
stoffen binnen te krijgen. Aan
een groot aantal producten op
de menukaart zijn daarom extra
voedingsstoffen toegevoegd.







Bestellen kan tussen
11.30 en 18.15 uur.

Deze gerechten zijn makkelijk te
eten en te slikken. Zonodig worden
de gerechten gepureerd geserveerd.



Soepen

groentebouillon
runderbouillon
kippenbouillon
tomatensoep
mixsoep





Vis

vismix 
gestoofde witvis 
gestoofde zalmfilet 
gebakken witvis 
gebakken kibbeling 
gebakken zalmfilet 

Vlees

rundvleesmix 
kipmix 

Vegetarisch

eimix *f* 
roerei 
omelet kaas 
vleesvervanger 

Jus/sauzen

jus
tuinkruidensaus
champignonsaus
satésaus *f*


Groenten

bloemkool
broccoli
sperziebonen
spinazie
worteltjes

Aardappelen

puree
kruid *f*

Voor af en toe

kaasblokjes 
pannenkoek naturel *f*
vleeskroket *f*
kaaskroket *f*

Kies bij elke
maaltijd een
product met eiwit

Tussendoortjes

Kies elke dag 3 tussendoortjes,
goed verdeeld over de dag
bij een vloeibaar dieet of op
advies van de diëtist. Onder-
staande tussendoortjes bevat-
ten extra eiwit en energie.

Zuivelproducten*

eiwitrijke mousse
eiwitrijke shake
eiwitrijke zuiveldrank
eiwitrijk sorbetijs
halfvolle yoghurt
vruchtenyoghurt
yoghurtvla
magere kwark
vruchtenkwark
kleintje kwark
kwarkvla
diverse papsoorten (warm of koud)

Zoet hapje*

eiwitrijke petit four *f*

Hartige hapjes

gestoomde makreel*
gerookte zalm
kibbeling*
zoute haring
flensje met 30+ kaas*
kaasblokjes
rolletje kalkoenham
rolletje ham/ 30+ kaas
gekookt ei met rookvlees
gekookt ei met ham
gehaktballetjes*
knakworst
bierworstje met kaas
bierworstjes

tussendoortjes met een*
bevatten minder zout

Wij helpen u graag om een gezonde keuze te maken!

gerechten in rood zijn geschikt voor gemalen dieet