6-weekse dialyse cyclus

LENTE

28-2-2024

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
WEEK 1	8-apr	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje kipfilet	147,8	8,3	13,9	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Middag - ronde 2	la- Gestoofd varkensvlees met aardappelpuree en groente	258,7	19,2	17,7	Caramelvla	126,2	6,2	19,6			
			Na- Nasi goreng met veg. kip	322,6	18,2	36,1							
	9-apr	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8			
		Ochtend - ronde 2	Mini sandwich met tonijnsalade	70,3	5,3	9,3	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8			
		Middag - ronde 2	Na- Blinde vink met aardappeltjes en bloemkool	251,2	18,7	17,0	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1			
			Na- Groenterisotto met noten	385,8	17,0	25,9							
	10-apr	Ochtend - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkoren met jonge kaas	210,9	10,8	11,8	Griekse salade met feta	210,8	6,3	14,5	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	249,3	20,5	19,1	Magere kwark met fruit	61,2	8,6	5,9			
			Na- Ravioli veg. bolognese	305,6	17,9	38,7							
	11-apr	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Quinoasalade met pecannoten	138,8	3,1	13,0	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Middag - ronde 2	Na- Boomstammetje met puree en spruitjes	252,1	19,1	18,8	Vlaflip	118,5	6,6	13,7			
			Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	390,3	18,2	37,8							
	12-apr	Ochtend - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Ochtend - ronde 2	Mini meerganenbroodje met oude kaas	227,3	11,3	13,5	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	295,8	18,5	23,6	Slagroomvla	137,5	6,4	15,9			
			Na- Surinaamse roti	202,1	17,4	13,7							
	13-apr	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6			
		Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje veg. kipfilet	145,6	7,1	13,5	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6			
		Middag - ronde 2	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	272,7	19,6	17,5	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7			
			Na- Spinazielasagnette met vis	407,1	22,6	27,7							
	14-apr												

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

28-2-2024

WEEK 2

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
15-apr	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini sandwich eiersalade	100,6	3,3	9,0	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Middag - ronde 2	Na- Veg. balletjes met stamppot rode bietjes en geitenkaas	312,9	16,0	28,6	Hopjesvla	120,8	5,3	21,2				
		Na- Nasi goreng met kip	324,2	21,9	37,5								
16-apr	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje ham	141,7	8,9	12,6	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	100,1	5,5	4,6	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Middag - ronde 2	Na- Zalm met puree en groenten	251,2	19,4	15,9	Slagroomvla met rood fruit	149,8	6,4	18,7				
		Na- Vegetarische tandori met rijst	364,7	17,1	32,8								
17-apr	Ochtend - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	215,6	10,5	13,5	Mexicaanse salade	0,0	0,0	0,0	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met garnituur en rozemarijnsaus	193,4	19,8	10,2	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1				
		Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	277,2	17,5	31,3								
18-apr	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini tarwe broodje met gebraden fricandeau	142,9	9,4	12,2	Na- Couscous salade met feta	179,8	5,0	16,3	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Middag - ronde 2	Na- Gestoofd varkensvlees met aardappelpuree en groente	258,7	19,2	17,7	Vlaflip	118,5	6,6	13,7				
		Na- Bami met ei en veg. kip	339,5	21,5	30,9								
19-apr	Ochtend - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	205,6	12,3	12,4	Na- Pastasalade met kip	176,9	4,9	16,7	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3				
	Middag - ronde 2	Na- Broccolistamppot met vega balletjes	283,5	16,5	25,1	Griekse yoghurt met rood fruit	54,5	6,3	7,2				
		Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	396,7	23,3	42,4								
20-apr	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini tarwebroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
	Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2				
	Middag - ronde 2	Na- Zoete aardappel masala met vis	263,3	20,3	25,3	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7				
		Na- Fusilli met kip en pesto	415,9	16,6	37,7								
21-apr													

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

28-2-2024

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
WEEK 3	22-apr	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje kipfilet	147,8	8,3	13,9	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Middag - ronde 2	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	272,7	19,6	17,5	Caramelvla	126,2	6,2	19,6			
			Na- Paella met zeevruchten	263,0	17,2	25,9							
	23-apr	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8			
		Ochtend - ronde 2	Mini sandwich met tonijnsalade	70,3	5,3	9,3	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8			
		Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	308,6	19,6	22,9	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1			
			Na- Veg. kip met rijst en zoetzure saus	301,0	16,8	45,1							
	24-apr	Ochtend - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkoren met jonge kaas	210,9	10,8	11,8	Griekse salade met feta	210,8	6,3	14,5	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Middag - ronde 2	Na- Runderlap met aardappel en rode kool	205,0	19,0	23,9	Magere kwark met fruit	61,2	8,6	5,9			
			Na- Macaroni veg. bolognese	283,7	15,7	32,0							
	25-apr	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Quinoasalade met pecannoten	138,8	3,1	13,0	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met garnituur en rozemarijnsaus	193,4	19,8	10,2	Vlaflip	118,5	6,6	13,7			
			Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	289,7	17,8	36,4							
	26-apr	Ochtend - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Ochtend - ronde 2	Mini meerganenbroodje met oude kaas	227,3	11,3	13,5	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Middag - ronde 2	Na- Veg goulash met sperziebonenstamppot	216,3	18,6	16,5	Slagroomvla	137,5	6,4	15,9			
			Na- Kip masala met rijst	291,0	23,3	27,7							
	27-apr	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6			
		Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje veg. kipfilet	145,6	7,1	13,5	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6			
		Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtjes en worteltjes	280,3	20,5	19,7	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7			
			Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	390,3	18,2	37,8							
	28-apr												

food for Care

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

WEEK 4

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
29-apr	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini sandwich eiersalade	100,6	3,3	9,0	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Middag - ronde 2	a- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groen	272,9	21,8	21,4	Hopjesvla	120,8	5,3	21,2				
		Na- Aardappelomelet	444,5	19,2	13,7								
30-apr	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje ham	141,7	8,9	12,6	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	100,1	5,5	4,6	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Middag - ronde 2	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	231,9	19,6	17,2	Slagroomvla met rood fruit	149,8	6,4	18,7				
		Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	315,7	17,5	33,3								
1-mei	Ochtend - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	215,6	10,5	13,5	Mexicaanse salade	0,0	0,0	0,0	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Middag - ronde 2	Na- Blinde vink met aardappeltjes en bloemkool	251,2	18,7	17,0	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1				
		Na- Couscous met geroosterde groenten	375,3	16,8	29,9								
2-mei	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini tarwe broodje met gebraden fricandeau	142,9	9,4	12,2	Na- Couscous salade met feta	179,8	5,0	16,3	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Middag - ronde 2	Na- Broccolistamppot met vega balletjes	283,5	16,5	25,1	Vlaflip	118,5	6,6	13,7				
		Na- Nasi goreng met kip	324,2	21,9	37,5								
3-mei	Ochtend - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	205,6	12,3	12,4	Na- Pastasalade met kip	176,9	4,9	16,7	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3				
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	249,3	20,5	19,1	Griekse yoghurt met rood fruit	54,5	6,3	7,2				
		Na- Vegetarische tandori met rijst	364,7	17,1	32,8								
4-mei	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini tarwebroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
	Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2				
	Middag - ronde 2	Na- Zoete aardappelmasala met vis	263,3	20,3	25,3	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7				
		Na- Macaroni veg.bolognese	283,7	15,7	32,0								
5-mei													

food for Care

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

WEEK 5

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
6-mei	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje kipfilet	147,8	8,3	13,9	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Middag - ronde 2	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	309,8	19,9	27,3	Caramelvla	126,2	6,2	19,6				
		Na- Bami met kip	283,5	16,8	33,9								
7-mei	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8				
	Ochtend - ronde 2	Mini sandwich met tonijnsalade	70,3	5,3	9,3	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8				
	Middag - ronde 2	Na- Veg. hachee met rode kool stamppot	218,9	18,9	19,1	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1				
		Na- Spaghetti bolognese	335,9	20,1	29,2								
8-mei	Ochtend - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkoren met jonge kaas	210,9	10,8	11,8	Griekse salade met feta	210,8	6,3	14,5	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Middag - ronde 2	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	272,7	19,6	17,5	Magere kwark met fruit	61,2	8,6	5,9				
		Na- Groenterisotto met noten	385,8	17,0	25,9								
9-mei	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Quinoasalade met pecannoten	138,8	3,1	13,0	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met garnituur en rozemarijnsaus	193,4	19,8	10,2	Vlaflip	118,5	6,6	13,7				
		Na- Veg. kipcurry met rijst	331,5	16,1	31,1								
10-mei	Ochtend - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Ochtend - ronde 2	Mini meerganenbroodje met oude kaas	227,3	11,3	13,5	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Middag - ronde 2	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	231,9	19,6	17,2	Slagroomvla	137,5	6,4	15,9				
		Quiche met spinazie en geitenkaas	738,0	21,9	54,0								
11-mei	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje veg. kipfilet	145,6	7,1	13,5	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6				
	Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	308,6	19,6	22,9	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7				
		Na- Ravioli veg. bolognese	305,6	17,9	38,7								
12-mei													

food for Care

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
WEEK 6	13-mei	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini sandwich eiersalade	100,6	3,3	9,0	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
		Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2			
		Middag - ronde 2	Na- Kipvink met krieltjes en spinazie	267,8	18,7	19,3	Hopjesvla	120,8	5,3	21,2			
			Na- Groentelasagnette	376,4	19,3	27,2							
	14-mei	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje ham	141,7	8,9	12,6	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	100,1	5,5	4,6	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2			
		Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	280,3	20,5	19,7	Slagroomvla met rood fruit	149,8	6,4	18,7			
			Na- Viscurry met rijst	318,6	15,5	30,6							
	15-mei	Ochtend - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	215,6	10,5	13,5	Mexicaanse salade	0,0	0,0	0,0	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Middag - ronde 2	a- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groen	272,9	21,8	21,4	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1			
			Na- Couscous met geroosterde groenten	375,3	16,8	29,9							
	16-mei	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini tarwe broodje met gebraden fricandeau	142,9	9,4	12,2	Na- Couscous salade met feta	179,8	5,0	16,3	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Middag - ronde 2	Na- Veg. goulash met sperziebonenstamppot	216,3	18,6	16,5	Vlaflip	118,5	6,6	13,7			
			Na- Bami met kip	283,5	16,8	33,9							
	17-mei	Ochtend - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	205,6	12,3	12,4	Na- Pastasalade met kip	176,9	4,9	16,7	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3			
		Middag - ronde 2	Na- Runderlap met aardappel en rode kool	205,0	19,0	23,9	Griekse yoghurt met rood fruit	54,5	6,3	7,2			
			Na- Kip masala met rijst	291,0	23,3	27,7							
	18-mei	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini tarwebroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
		Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2			
		Middag - ronde 2	Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	396,7	23,3	42,4	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7			
			Na- Aardappelomelet	444,5	19,2	13,7							
	19-mei												

food for Care

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

28-2-2024

WEEK 7

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
20-mei	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje kipfilet	147,8	8,3	13,9	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Middag - ronde 2	Na- Gestoofd varkensvlees met aardappelpuree en groente	258,7	19,2	17,7	Caramelvla	126,2	6,2	19,6				
		Na- Nasi goreng met veg. kip	322,6	18,2	36,1								
21-mei	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8				
	Ochtend - ronde 2	Mini sandwich met tonijnsalade	70,3	5,3	9,3	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8				
	Middag - ronde 2	Na- Blinde vink met aardappeltjes en bloemkool	251,2	18,7	17,0	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1				
		Na- Groenterisotto met noten	385,8	17,0	25,9								
22-mei	Ochtend - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkoren met jonge kaas	210,9	10,8	11,8	Griekse salade met feta	210,8	6,3	14,5	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	249,3	20,5	19,1	Magere kwark met fruit	61,2	8,6	5,9				
		Na- Ravioli veg. bolognese	305,6	17,9	38,7								
23-mei	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Quinoasalade met pecannoten	138,8	3,1	13,0	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Middag - ronde 2	Na- Boomstammetje met puree en spruitjes	252,1	19,1	18,8	Vlaflip	118,5	6,6	13,7				
		Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	390,3	18,2	37,8								
24-mei	Ochtend - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Ochtend - ronde 2	Mini meerganenbroodje met oude kaas	227,3	11,3	13,5	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	295,8	18,5	23,6	Slagroomvla	137,5	6,4	15,9				
		Na- Surinaamse roti	202,1	17,4	13,7								
25-mei	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje veg. kipfilet	145,6	7,1	13,5	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6				
	Middag - ronde 2	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	272,7	19,6	17,5	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7				
		Na- Spinazielasagnette met vis	407,1	22,6	27,7								
26-mei													

food for Care

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

28-2-2024

WEEK 8

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
27-mei	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini sandwich eiersalade	100,6	3,3	9,0	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Middag - ronde 2	Na- Veg. balletjes met stamppot rode bietjes en geitenkaas	312,9	16,0	28,6	Hopjesvla	120,8	5,3	21,2				
		Na- Nasi goreng met kip	324,2	21,9	37,5								
28-mei	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje ham	141,7	8,9	12,6	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	100,1	5,5	4,6	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Middag - ronde 2	Na- Zalm met puree en groenten	251,2	19,4	15,9	Slagroomvla met rood fruit	149,8	6,4	18,7				
		Na- Vegetarische tandori met rijst	364,7	17,1	32,8								
29-mei	Ochtend - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	215,6	10,5	13,5	Mexicaanse salade	0,0	0,0	0,0	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met garnituur en rozemarijnsaus	193,4	19,8	10,2	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1				
		Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	277,2	17,5	31,3								
30-mei	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini tarwe broodje met gebraden fricandeau	142,9	9,4	12,2	Na- Couscous salade met feta	179,8	5,0	16,3	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Middag - ronde 2	Na- Gestoofd varkensvlees met aardappelpuree en groente	258,7	19,2	17,7	Vlaflip	118,5	6,6	13,7				
		Na- Bami met ei en veg. kip	339,5	21,5	30,9								
31-mei	Ochtend - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	205,6	12,3	12,4	Na- Pastasalade met kip	176,9	4,9	16,7	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3				
	Middag - ronde 2	Na- Broccolistamppot met vega balletjes	283,5	16,5	25,1	Griekse yoghurt met rood fruit	54,5	6,3	7,2				
		Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	396,7	23,3	42,4								
1-jun	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini tarwebroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
	Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2				
	Middag - ronde 2	Na- Zoete aardappel masala met vis	263,3	20,3	25,3	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7				
		Na- Fusilli met kip en pesto	415,9	16,6	37,7								
2-jun													

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

28-2-2024

WEEK 9

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
3-jun	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje kipfilet	147,8	8,3	13,9	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Middag - ronde 2	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	272,7	19,6	17,5	Caramelvla	126,2	6,2	19,6				
		Na- Paella met zeevruchten	263,0	17,2	25,9								
4-jun	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8				
	Ochtend - ronde 2	Mini sandwich met tonijnsalade	70,3	5,3	9,3	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8				
	Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	308,6	19,6	22,9	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1				
		Na- Veg. kip met rijst en zoetzure saus	301,0	16,8	45,1								
5-jun	Ochtend - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkoren met jonge kaas	210,9	10,8	11,8	Griekse salade met feta	210,8	6,3	14,5	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Middag - ronde 2	Na- Runderlap met aardappel en rode kool	205,0	19,0	23,9	Magere kwark met fruit	61,2	8,6	5,9				
		Na- Macaroni veg. bolognese	283,7	15,7	32,0								
6-jun	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Quinoasalade met pecannoten	138,8	3,1	13,0	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met garnituur en rozemarijnsaus	193,4	19,8	10,2	Vlaflip	118,5	6,6	13,7				
		Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	289,7	17,8	36,4								
7-jun	Ochtend - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Ochtend - ronde 2	Mini meerganenbroodje met oude kaas	227,3	11,3	13,5	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Middag - ronde 2	Na- Veg goulash met sperziebonenstamppot	216,3	18,6	16,5	Slagroomvla	137,5	6,4	15,9				
		Na- Kip masala met rijst	291,0	23,3	27,7								
8-jun	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje veg. kipfilet	145,6	7,1	13,5	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6				
	Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtjes en worteltjes	280,3	20,5	19,7	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7				
		Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	390,3	18,2	37,8								
9-jun													

food for Care

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
WEEK 10	10-jun	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini sandwich eiersalade	100,6	3,3	9,0	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
		Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2			
		Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groen	272,9	21,8	21,4	Hopjesvla	120,8	5,3	21,2			
			Na- Aardappelomelet	444,5	19,2	13,7							
	11-jun	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje ham	141,7	8,9	12,6	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	100,1	5,5	4,6	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2			
		Middag - ronde 2	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	231,9	19,6	17,2	Slagroomvla met rood fruit	149,8	6,4	18,7			
			Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	315,7	17,5	33,3							
	12-jun	Ochtend - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	215,6	10,5	13,5	Mexicaanse salade	0,0	0,0	0,0	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Middag - ronde 2	Na- Blinde vink met aardappeltjes en bloemkool	251,2	18,7	17,0	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1			
			Na- Couscous met geroosterde groenten	375,3	16,8	29,9							
	13-jun	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini tarwe broodje met gebraden fricandeau	142,9	9,4	12,2	Na- Couscous salade met feta	179,8	5,0	16,3	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Middag - ronde 2	Na- Broccolistamppot met vega balletjes	283,5	16,5	25,1	Vlaflip	118,5	6,6	13,7			
			Na- Nasi goreng met kip	324,2	21,9	37,5							
	14-jun	Ochtend - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	205,6	12,3	12,4	Na- Pastasalade met kip	176,9	4,9	16,7	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3			
		Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	249,3	20,5	19,1	Griekse yoghurt met rood fruit	54,5	6,3	7,2			
			Na- Vegetarische tandori met rijst	364,7	17,1	32,8							
	15-jun	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini tarwebroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
		Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2			
		Middag - ronde 2	Na- Zoete aardappelmasala met vis	263,3	20,3	25,3	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7			
			Na- Macaroni veg.bolognese	283,7	15,7	32,0							
	16-jun												

food for Care

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
WEEK 11	17-jun	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje kipfilet	147,8	8,3	13,9	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Middag - ronde 2	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	309,8	19,9	27,3	Caramelvla	126,2	6,2	19,6			
			Na- Bami met kip	283,5	16,8	33,9							
	18-jun	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8			
		Ochtend - ronde 2	Mini sandwich met tonijnsalade	70,3	5,3	9,3	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8			
		Middag - ronde 2	Na- Veg. hachee met rode kool stamppot	218,9	18,9	19,1	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1			
			Na- Spaghetti bolognese	335,9	20,1	29,2							
	19-jun	Ochtend - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkoren met jonge kaas	210,9	10,8	11,8	Griekse salade met feta	210,8	6,3	14,5	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2			
		Middag - ronde 2	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	272,7	19,6	17,5	Magere kwark met fruit	61,2	8,6	5,9			
			Na- Groenterisotto met noten	385,8	17,0	25,9							
	20-jun	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Quinoasalade met pecannoten	138,8	3,1	13,0	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
		Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1			
		Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met garnituur en rozemarijnsaus	193,4	19,8	10,2	Vlaflip	118,5	6,6	13,7			
			Na- Veg. kipcurry met rijst	331,5	16,1	31,1							
	21-jun	Ochtend - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Ochtend - ronde 2	Mini meerganenbroodje met oude kaas	227,3	11,3	13,5	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7			
		Middag - ronde 2	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	231,9	19,6	17,2	Slagroomvla	137,5	6,4	15,9			
			Quiche met spinazie en geitenkaas	738,0	21,9	54,0							
	22-jun	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6			
		Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje veg. kipfilet	145,6	7,1	13,5	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
		Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6			
		Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	308,6	19,6	22,9	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7			
			Na- Ravioli veg. bolognese	305,6	17,9	38,7							
	23-jun												

food for Care

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

WEEK 12

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
24-jun	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini sandwich eiersalade	100,6	3,3	9,0	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Middag - ronde 2	Na- Kipvink met krieltjes en spinazie	267,8	18,7	19,3	Hopjesvla	120,8	5,3	21,2				
		Na- Groentelasagnette	376,4	19,3	27,2								
25-jun	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje ham	141,7	8,9	12,6	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	100,1	5,5	4,6	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Kaasbroodjes	242,2	7,4	16,2				
	Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	280,3	20,5	19,7	Slagroomvla met rood fruit	149,8	6,4	18,7				
		Na- Viscurry met rijst	318,6	15,5	30,6								
26-jun	Ochtend - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	215,6	10,5	13,5	Mexicaanse salade	0,0	0,0	0,0	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Zwarte bessen shake	212,0	6,2	11,7	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Middag - ronde 2	a- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groen	272,9	21,8	21,4	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1				
		Na- Couscous met geroosterde groenten	375,3	16,8	29,9								
27-jun	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini tarwe broodje met gebraden fricandeau	142,9	9,4	12,2	Na- Couscous salade met feta	179,8	5,0	16,3	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Middag - ronde 2	Na- Veg. goulash met sperziebonenstamppot	216,3	18,6	16,5	Vlaflip	118,5	6,6	13,7				
		Na- Bami met kip	283,5	16,8	33,9								
28-jun	Ochtend - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	205,6	12,3	12,4	Na- Pastasalade met kip	176,9	4,9	16,7	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Bosbessen shake	203,7	5,8	12,9	Kippenragout met pasteitje	178,9	8,1	9,3				
	Middag - ronde 2	Na- Runderlap met aardappel en rode kool	205,0	19,0	23,9	Griekse yoghurt met rood fruit	54,5	6,3	7,2				
		Na- Kip masala met rijst	291,0	23,3	27,7								
29-jun	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini tarwebroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Perzikenkwark	180,0	10,1	22,7
	Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Bosbessenmuffin	213,2	9,7	21,2				
	Middag - ronde 2	Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	396,7	23,3	42,4	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7				
		Na- Aardappelomelet	444,5	19,2	13,7								
30-jun													

6-weekse dialyse cyclus

LENTE

28-2-2024

WEEK 13

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
1-jul	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje kipfilet	147,8	8,3	13,9	Na- Aziatische salade	123,3	4,9	12,9	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	173,1	5,8	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Middag - ronde 2	Na- Gestoofd varkensvlees met aardappelpuree en groente	258,7	19,2	17,7	Caramelvla	126,2	6,2	19,6				
		Na- Nasi goreng met veg. kip	322,6	18,2	36,1								
2-jul	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8				
	Ochtend - ronde 2	Mini sandwich met tonijnsalade	70,3	5,3	9,3	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	194,3	7,2	12,3	Cranberry muffin	213,9	9,6	21,8				
	Middag - ronde 2	Na- Blinde vink met aardappeltjes en bloemkool	251,2	18,7	17,0	Chocoladevla	128,0	6,4	19,1				
		Na- Groenterisotto met noten	385,8	17,0	25,9								
3-jul	Ochtend - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkoren met jonge kaas	210,9	10,8	11,8	Griekse salade met feta	210,8	6,3	14,5	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Aardbei-rabarber shake	184,6	6,3	11,7	Worstenbroodje	107,6	9,0	6,2				
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	249,3	20,5	19,1	Magere kwark met fruit	61,2	8,6	5,9				
		Na- Ravioli veg. bolognese	305,6	17,9	38,7								
4-jul	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met grillworst	199,6	6,8	11,9	Quinoasalade met pecannoten	138,8	3,1	13,0	Gekookt ei	70,0	6,5	0,3
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	175,4	6,4	12,9	Griekse yoghurt met topping	136,5	7,1	19,1				
	Middag - ronde 2	Na- Boomstammetje met puree en spruitjes	252,1	19,1	18,8	Vlaflip	118,5	6,6	13,7				
		Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	390,3	18,2	37,8								
5-jul	Ochtend - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Ochtend - ronde 2	Mini meerganenbroodje met oude kaas	227,3	11,3	13,5	Na- Linzensalade	84,3	6,0	4,8	Vanille kwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Mandarijnen shake	174,7	7,0	12,2	Notenmix	234,1	5,7	11,7				
	Middag - ronde 2	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	295,8	18,5	23,6	Slagroomvla	137,5	6,4	15,9				
		Na- Surinaamse roti	202,1	17,4	13,7								
6-jul	Ochtend - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6				
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje veg. kipfilet	145,6	7,1	13,5	Salade caprese	125,7	3,7	3,8	Aardbeienkwark	183,0	9,8	24,2
	Middag - ronde 1	Mango shake	170,4	6,4	14,5	Kipspiesje met tzatziki	82,3	9,6	0,6				
	Middag - ronde 2	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	272,7	19,6	17,5	Rode vruchten vla	100,9	5,5	15,7				
		Na- Spinazielasagnette met vis	407,1	22,6	27,7								
7-jul													