

WEEK 1

[illegible]

WEEK 3

WEEK 4

WEEK 5

WEEK 6

Care

Energie
(kcal)

Eiwit
(g)

KH
(g)

Energie
(kcal)

Eiwit
(g)

KH
(g)

Energie
(kcal)

Eiwit
(g)

KH
(g)

9-nov

Ochtend - ronde 1

Aardbeien shake

30016001

188

6,5

18,0

Poffertjes

30040063

112

3,1

20,5

Aardbeien kwark

30000019

200

8,3

21,2

Ochtend - ronde 2

Mini volkorenbroodje oude kaas

30005023

206

12,3

12,4

Mini meergranenbroodje kipfilet

30005009

141

8,0

13,7

Gekookt ei

Middag - ronde 1

Aardbeien shake

30016001

188

6,5

18,0

Poffertjes

30040063

112

3,1

20,5

Gekookt ei

Middag - ronde 2

Na- Gehaktballetjes met hutspot

30110116

296

20,8

19,2

Chocoladevla

30060027

128

6,4

19,1

Na- Nasi goreng met veg. kip

30110024

324

20,8

35,3

10-nov

Ochtend - ronde 1

Kokos - mango shake

30010015

194

7,2

12,3

Krokante notenmelange

30040296

208

8,0

12,7

Gekookt ei

Ochtend - ronde 2

Mini meerganenbroodje met oude kaas

30005025

227

11,3

13,5

Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau

30005007

170

9,5

12,5

Aardbeienkwark

30000019

200

8,3

21,2

Middag - ronde 1

Kokos - mango shake

30010015

194

7,2

12,3

Krokante notenmelange

30040296

208

8,0

12,7

Gekookt ei

Middag - ronde 2

Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas

39990147

304

22,3

17,3

Aardbeienvla

30060021

103

6,8

15,1

Na- Pad Thai met pinda's

39990193

484

20,1

45,0

11-nov

Ochtend - ronde 1

Aardbei-rabarber shake

30010009

185

6,3

11,7

Wrap met kipsalade

30040017

114

4,2

9,4

Gekookt ei

Ochtend - ronde 2

Mini volkoren broodje met jonge kaas

30005017

211

10,8

11,8

Mini volkorenbroodje met ham

30005013

148

9,3

13,1

Perzikenkwark

30000025

197

7,8

21,9

Middag - ronde 1

Aardbei-rabarber shake

30010009

185

6,3

11,7

Wrap met kipsalade

30040017

114

4,2

9,4

Gekookt ei

Middag - ronde 2

Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus

30110005

249

20,5

19,1

Magere kwark met fruit

39990015

61

8,6

5,9

Na- Orzo met tomaat-spinaziesaus

39990180

269

20,9

33,5

12-nov

Ochtend - ronde 1

Peer - bosvruchten shake

30010008

178

6,2

13,1

Appeltaart muffin

30040262

222

9,6

23,5

Vanille kwark

30000021

206

8,4

22,1

Ochtend - ronde 2

Mini meergranenbroodje met jonge kaas

30005019

216

10,5

13,5

Mini volkorenbroodje met grillworst

30005060

185

7,6

12,4

Gekookt ei

Middag - ronde 1

Peer - bosvruchten shake

30010008

178

6,2

13,1

Appeltaart muffin

30040262

222

9,6

23,5

Gekookt ei

Middag - ronde 2

Na- Runderlap met spruitjesstampot

30110118

252

22,2

18,4

Vlaflip

39990014

125

6,9

14,3

Na- Surinaamse roti

30110036

209

18,9

14,2

13-nov

Ochtend - ronde 1

Rood fruit shake

30016002

191

6,5

19,5

Notenmix

30040029

234

5,7

11,7

Gekookt ei

Ochtend - ronde 2

Mini meerganenbroodje met oude kaas

30005025

227

11,3

13,5

Mini volkorenbroodje met ham

30005013

148

9,3

13,1

Vanille kwark

30000021

206

8,4

22,1

Middag - ronde 1

Rood fruit shake

30016002

191

6,5

19,5

Notenmix

30040029

234

5,7

11,7

Gekookt ei

Middag - ronde 2

Na- Gehaktschotel met spitskool

30110006

257

20,1

16,2

Sinaasappelvla

30060162

103

6,8

15,1

Na- Veg. balletjes met bami en satésaus

30110032

390

18,2

37,8

14-nov

Ochtend - ronde 1

Mango shake

30010012

170

6,4

14,5

Kaasblokjes

30040003

194

12,3

0,0

Gekookt ei

Ochtend - ronde 2

Mini volkorenbroodje met jonge kaas

30005017

211

10,8

11,8

Mini meergranenbroodje kipfilet

30005009

141

8,0

13,7

Perzikenkwark

30000025

197

7,8

21,9

Middag - ronde 1

Mango shake

30010012

170

6,4

14,5

Kaasblokjes

30040003

194

12,3

0,0

Gekookt ei

Middag - ronde 2

Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool

30110066

317

20,6

24,3

Aardbeienvla

30060021

103

6,8

15,1

Na- Spinazielasagnette met vis

30110033

401

20,4

26,1

15-nov

WEEK 8

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)				Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)				Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)
16-nov	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	30010015	194	7,2	12,3	Kaasbroodjes	30040037	162	5,0	10,0	Gekookt ei	30000019	200	8,3	21,2	
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005019	216	10,5	13,5	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	185	7,6	12,4	Aardbeien kwark					
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	30010015	194	7,2	12,3	Kaasbroodjes	30040037	162	5,0	10,0	Gekookt ei					
	Middag - ronde 2	Na- Kalkoenstooflapje met stampptot zoete aardappel - spinazie	30110150	219	19,9	17,6	Karamel - hopjesvla	30060131	119	6,6	19,4						
		Na- Nasi goreng met veg. kip	30110024	324	20,8	35,3											
17-nov	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	30016001	188	6,5	18,0	Kaasbroodjes	30040037	162	5,0	10,0	Gekookt ei	30000019	200	8,3	21,2	
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	206	12,3	12,4	Mini volkorenbroodje met ham	30005013	148	9,3	13,1	Aardbeien kwark					
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	30016001	188	6,5	18,0	Kaasbroodjes	30040037	162	5,0	10,0	Gekookt ei					
	Middag - ronde 2	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	30110031	238	19,7	16,4	Slagroomvla met oreo crumble	39990201	183	7,2	22,9						
		Na- Ravioli veg. bolognese	39990038	309	17,8	39,4											
18-nov	Ochtend - ronde 1	Tropical shake	30016003	188	6,6	17,8	Notenmix	30040029	234	5,7	11,7	Gekookt ei	30000025	197	7,8	21,9	
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	211	10,8	11,8	Mini meergranenbroodje met kipfilet	30005009	141	8,0	13,7	Perzikenkwark					
	Middag - ronde 1	Tropical shake	30016003	188	6,6	17,8	Notenmix	30040029	234	5,7	11,7	Gekookt ei					
	Middag - ronde 2	Na- Veg. balletjes met stampptot rode bietjes en geitenkaas	39990191	313	16,0	28,6	Chocoladevla	30060027	128	6,4	19,1						
		Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	30110094	397	23,3	42,4											
19-nov	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	30010008	178	6,2	13,1	Kaasblokjes	30040003	194	12,3	0,0	Vanille kwark	30000021	206	8,4	22,1	
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	211	10,8	11,8	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau	30005007	170	9,5	12,5	Gekookt ei					
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	30010008	178	6,2	13,1	Kaasblokjes	30040003	194	12,3	0,0	Gekookt ei					
	Middag - ronde 2	Na- Procureurrollade met boerenkool en jus	30110151	314	21,9	17,3	Vlaflip	39990014	125	6,9	14,3						
		Na- Bami met ei en veg. kip	30110026	346	25,1	29,0											
20-nov	Ochtend - ronde 1	Bosbessen shake	30010004	204	5,8	12,9	Appeltaart muffin	30040262	222	9,6	23,5	Vanille kwark	30000021	206	8,4	22,1	
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	206	12,3	12,4	Mini volkorenbroodje met ham	30005013	148	9,3	13,1	Gekookt ei					
	Middag - ronde 1	Bosbessen shake	30010004	204	5,8	12,9	Appeltaart muffin	30040262	222	9,6	23,5	Gekookt ei					
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	30110018	254	21,0	18,2	Griekse yoghurt met rood fruit	39990120	83	7,2	12,8						
		Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	30110023	270	20,2	25,2											
21-nov	Ochtend - ronde 1	Mango shake	30010012	170	6,4	14,5	Wortel-sinaasappelpcake	30040275	224	9,6	22,5	Gekookt ei	30000025	197	7,8	21,9	
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	211	10,8	11,8	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	185	7,6	12,4	Perzikenkwark					
	Middag - ronde 1	Mango shake	30010012	170	6,4	14,5	Wortel-sinaasappelpcake	30040275	224	9,6	22,5	Gekookt ei					
	Middag - ronde 2	Na- Shepherd's Pie	30110156	261	17,2	23,5	Aardbeienvla	30060021	103	6,8	15,1						
		Na- Kip sukiyaki met rijst en cashewnoten	39990188	372	19,8	41,1											
22-nov																	

WEEK 9

Care

Energie
(kcal)

Eiwit
(g)

KH
(g)

Energie
(kcal)

Eiwit
(g)

KH
(g)

Energie
(kcal)

Eiwit
(g)

KH
(g)

WEEK 10

30-nov

Ochtend - ronde 1Aardbeien shake300160011886,518,0Poffertjes300400631123,120,5Aardbeien kwark300000192008,321,2

Ochtend - ronde 2Mini volkorenbroodje oude kaas3000502320612,312,4Mini meergranenbroodje kipfilet300050091418,013,7Gekookt ei

Middag - ronde 1Aardbeien shake300160011886,518,0Poffertjes300400631123,120,5Gekookt ei

Middag - ronde 2Na- Gehaktballetjes met hutspot3011011629620,819,2Chocoladevla300600271286,419,1

Na- Nasi goreng met veg. kip3011002432420,835,3

1-dec

Ochtend - ronde 1Kokos - mango shake300100151947,212,3Krokante notenmelange300402962088,012,7Gekookt ei

Ochtend - ronde 2Mini meerganenbroodje met oude kaas3000502522711,313,5Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau300050071709,512,5Aardbeienkwark300000192008,321,2

Middag - ronde 1Kokos - mango shake300100151947,212,3Krokante notenmelange300402962088,012,7Gekookt ei

Middag - ronde 2Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas3999014730422,317,3Aardbeienvla300600211036,815,1

Na- Pad Thai met pinda's3999019348420,145,0

2-dec

Ochtend - ronde 1Aardbei-rabarber shake300100091856,311,7Wrap met kipsalade300400171144,29,4Gekookt ei

Ochtend - ronde 2Mini volkoren broodje met jonge kaas3000501721110,811,8Mini volkorenbroodje met ham300050131489,313,1Perzikenkwark300000251977,821,9

Middag - ronde 1Aardbei-rabarber shake300100091856,311,7Wrap met kipsalade300400171144,29,4Gekookt ei

Middag - ronde 2Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus3011000524920,519,1Magere kwark met fruit39990015618,65,9

Na- Orzo met tomaat-spinaziesaus3999018026920,933,5

3-dec

Ochtend - ronde 1Peer - bosvruchten shake300100081786,213,1Appeltaart muffin300402622229,623,5Vanille kwark300000212068,422,1

Ochtend - ronde 2Mini meergranenbroodje met jonge kaas3000501921610,513,5Mini volkorenbroodje met grillworst300050601857,612,4Gekookt ei

Middag - ronde 1Peer - bosvruchten shake300100081786,213,1Appeltaart muffin300402622229,623,5Gekookt ei

Middag - ronde 2Na- Runderlap met spruitjesstampot3011011825222,218,4Vlaflip399900141256,914,3

Na- Surinaamse roti3011003620918,914,2

4-dec

Ochtend - ronde 1Rood fruit shake300160021916,519,5Notenmix300400292345,711,7Gekookt ei

Ochtend - ronde 2Mini meerganenbroodje met oude kaas3000502522711,313,5Mini volkorenbroodje met ham300050131489,313,1Vanille kwark300000212068,422,1

Middag - ronde 1Rood fruit shake300160021916,519,5Notenmix300400292345,711,7Gekookt ei

Middag - ronde 2Na- Gehaktschotel met spitskool3011000625720,116,2Sinaasappelvla300601621036,815,1

Na- Veg. balletjes met bami en satésaus3011003239018,237,8

5-dec

Ochtend - ronde 1Mango shake300100121706,414,5Kaasblokjes3004000319412,30,0Gekookt ei

Ochtend - ronde 2Mini volkorenbroodje met jonge kaas3000501721110,811,8Mini meergranenbroodje kipfilet300050091418,013,7Perzikenkwark300000251977,821,9

Middag - ronde 1Mango shake300100121706,414,5Kaasblokjes3004000319412,30,0Gekookt ei

Middag - ronde 2Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool3011006631720,624,3Aardbeienvla300600211036,815,1

Na- Spinazielasagnette met vis3011003340120,426,1

6-dec



3-weekse dialyse cyclus

Herfst

10-8-2026

WEEK 11

7-dec	Ochtend - ronde 1	Kokos - mango shake	30010015	194	7,2	12,3	Kaasbroodjes	30040037	162	5,0	10,0	Gekookt ei	30000019	200	8,3	21,2
	Ochtend - ronde 2	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005019	216	10,5	13,5	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	185	7,6	12,4	Aardbeien kwark				
	Middag - ronde 1	Kokos - mango shake	30010015	194	7,2	12,3	Kaasbroodjes	30040037	162	5,0	10,0	Gekookt ei				
	Middag - ronde 2	Na- Kalkoenstooflapje met stampot zoete aardappel - spinazie	30110150	219	19,9	17,6	Karamel - hopjesvla	30060131	119	6,6	19,4					
		Na- Nasi goreng met veg. kip	30110024	324	20,8	35,3										
8-dec	Ochtend - ronde 1	Aardbeien shake	30016001	188	6,5	18,0	Kaasbroodjes	30040037	162	5,0	10,0	Gekookt ei	30000019	200	8,3	21,2
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	206	12,3	12,4	Mini volkorenbroodje met ham	30005013	148	9,3	13,1	Aardbeien kwark				
	Middag - ronde 1	Aardbeien shake	30016001	188	6,5	18,0	Kaasbroodjes	30040037	162	5,0	10,0	Gekookt ei				
	Middag - ronde 2	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	30110031	238	19,7	16,4	Slagroomvla met oreo crumble	39990201	183	7,2	22,9					
		Na- Ravioli veg. bolognese	39990038	309	17,8	39,4										
9-dec	Ochtend - ronde 1	Tropical shake	30016003	188	6,6	17,8	Notenmix	30040029	234	5,7	11,7	Gekookt ei	30000025	197	7,8	21,9
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	211	10,8	11,8	Mini meergranenbroodje met kipfilet	30005009	141	8,0	13,7	Perzikenkwark				
	Middag - ronde 1	Tropical shake	30016003	188	6,6	17,8	Notenmix	30040029	234	5,7	11,7	Gekookt ei				
	Middag - ronde 2	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	39990191	313	16,0	28,6	Chocoladevla	30060027	128	6,4	19,1					
		Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	30110094	397	23,3	42,4										
10-dec	Ochtend - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	30010008	178	6,2	13,1	Kaasblokjes	30040003	194	12,3	0,0	Vanille kwark	30000021	206	8,4	22,1
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	211	10,8	11,8	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau	30005007	170	9,5	12,5	Gekookt ei				
	Middag - ronde 1	Peer - bosvruchten shake	30010008	178	6,2	13,1	Kaasblokjes	30040003	194	12,3	0,0	Gekookt ei				
	Middag - ronde 2	Na- Procureurrollade met boerenkool en jus	30110151	314	21,9	17,3	Vlaflip	39990014	125	6,9	14,3					
		Na- Bami met ei en veg. kip	30110026	346	25,1	29,0										
11-dec	Ochtend - ronde 1	Bosbessen shake	30010004	204	5,8	12,9	Appeltaart muffin	30040262	222	9,6	23,5	Vanille kwark	30000021	206	8,4	22,1
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	206	12,3	12,4	Mini volkorenbroodje met ham	30005013	148	9,3	13,1	Gekookt ei				
	Middag - ronde 1	Bosbessen shake	30010004	204	5,8	12,9	Appeltaart muffin	30040262	222	9,6	23,5	Gekookt ei				
	Middag - ronde 2	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	30110018	254	21,0	18,2	Griekse yoghurt met rood fruit	39990120	83	7,2	12,8					
		Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	30110023	270	20,2	25,2										
12-dec	Ochtend - ronde 1	Mango shake	30010012	170	6,4	14,5	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224	9,6	22,5	Gekookt ei	30000025	197	7,8	21,9
	Ochtend - ronde 2	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	211	10,8	11,8	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	185	7,6	12,4	Perzikenkwark				
	Middag - ronde 1	Mango shake	30010012	170	6,4	14,5	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224	9,6	22,5	Gekookt ei				
	Middag - ronde 2	Na- Shepherd's Pie	30110156	261	17,2	23,5	Aardbeienvla	30060021	103	6,8	15,1					
		Na- Kip sukiyaki met rijst en cashewnoten	39990188	372	19,8	41,1										
13-dec																

WEEK 12

WEEK 13