



LUMC

Maak hieronder uw keuze voor de broodmaaltijden (ontbijt en lunch).
Naast de diverse broodsoorten kunt u kiezen uit kaasbeleg, vleesbeleg, vegetarisch beleg, zoet beleg, zuivel, fruit, compote en warme of koude dranken.

De Broodplank

Broodproducten

Bruinbrood	83	3	16
Volkorenbrood	79	3	15
Volkorenbrood natriumarm	86	4	15
Witbrood	89	3	18
Krentenbrood	97	2	19
Beschuit volkoren	48	2	8
Knäckebröd volkoren	56	2	10
Muesli	182	6	30
Cornflakes	91	2	20
Ontbijtkoek	86	1	19







Boter

Roomboter	75	0	0
Dieethalvarine	36	0	0

Kaas

Jong belegen 48+	73	5	0
Jong 20+	47	6	0
Extra belegen 48+	78	5	0
Komijn jong belegen 40+	75	5	0
Smeerkaas 15+	19	3	1
Jong Belegen 40+ natriumarm	65	6	0

Vlees

Runderrookvlees 	16	3	0
Kipfilet 	22	3	1
Achterham 	30	4	1
Cervelaatworst  	75	4	0
Ham natriumarm 	28	4	1
Kipfilet natriumarm 	21	4	1

Vegetarisch

Gekookt Ei	64	6	0
Hummus naturel	139	3	4
Sandwichspread	62	0	3
Smeerworst vega	47	1	2

Zoet

Pindakaas	68	3	1
Aardbeienjam	39	0	10
Jam light assorti	31	0	7
Honing	49	0	12
Appelstroop	40	0	9
Chocoladehagelslag puur	45	1	7
Chocoladepasta	56	0	6

Energie
kcal

Eiwit
gram

Koolhy-
draten
gram

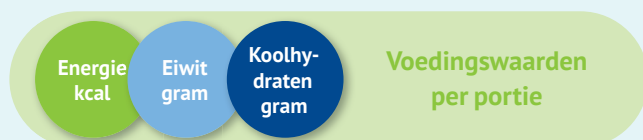
Voedingswaarden
per portie

Zuivel

Yoghurt halfvol	71	6	6
Vanillevla	156	5	23
Chocoladevla	156	5	23
Kwark naturel mager	83	15	6
Vruchtenkwark aardbei halfvol	138	10	15
Vruchtenkwark bosvruchten halfvol	152	10	18
Soja dessert vanille	109	4	18
Rijstepap ongezoet	131	4	19
Havermoutpap ongezoet	110	5	13
Custardpap ongezoet (glad)	102	3	13
Drinkyoghurt	78	8	9

Fruit

Appel	81	0	18
Banaan	124	1	27
Mandarijn	25	0	5
Kiwi	51	1	9
Sinaasappel	61	1	9
Tomaat	16	1	2



Compote

Appelmoes zonder suiker	49	0	11
Perzikschijven	93	1	21
Pruimenmoes	49	0	11

Dranken

Melk vol	96	5	7
Melk halfvol	71	5	7
Karnemelk	45	5	5
Sojamelk	59	5	4
Lactosevrije melk	60	5	5
Appelsap	66	0	16
Sinaasappelsap	64	1	14

Eiwitverrijkt

Sinaasappeldrink eiwit+ energie+	161	20	18
Appel-blauwebessen drink eiwit+ energie+	167	20	20
Chocolade ijs eiwit+ 	266	11	23
Pistache ijs eiwit+ 	258	11	22
Passievrucht witte chocolade ijs eiwit+ 	243	11	21

IJs

Raket	42	0	10
Roomijs	101	2	12

Tijdens uw opname kunt u last hebben van verminderde eetlust en andere klachten die ervoor zorgen dat u meer moeite heeft om voldoende te kunnen eten. Omdat het belangrijk is om voldoende voedingsstoffen, en vooral voldoende eiwit, binnen te krijgen voor behoud van spiermassa, vindt u hier een overzicht van het assortiment op de broodbuffetwagen. Hierbij zijn goede, eiwitrijke productkeuzes in het *blauw** aangegeven. Mocht u nog aanvullende vragen hebben, horen wij deze graag.

Namens de afdeling Zorgservices & Voeding en de Dienst Diëtetiek

* De producten met een blauw en dikgedrukt lettertype passen in een eiwitrijk dieet



Scan voor meer informatie over PUUR LUMC