



Datum: _____

Naam patiënt: _____

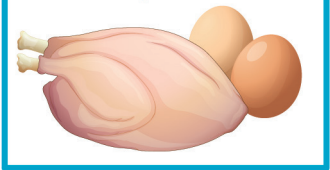
Benodigde hoeveelheid
dagelijkse energie: _____

Hoeveel gram van
Modulen per dag: _____

Voorgeschreven door: _____

Aanbevolen voedingsmiddelen

Eiwitrijke voedingsmiddelen



Onbeperkte inname van **verse kipfilet** met een minimum van 150-200 g/dag

2 eieren/dag

Koolhydraatrijke voeding



2 vers geschilde aardappelen, deze moeten gekookt en afgekoeld zijn voordat je ze kunt eten

Vruchten



2 bananen/dag

1 appel/dag geschild

Toegestane voedingsmiddelen

Eiwitrijke voedingsmiddelen



Een keer per week een portie (100-150g) **verse magere vis** (ter vervanging van de kip)

Koolhydraatrijke voeding

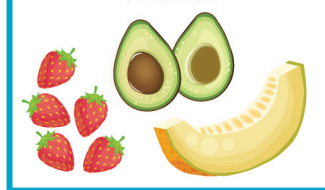


Witte rijst (onbeperkt)

Rijstnoedels zonder conserveermiddelen (onbeperkt)

Rijstmeel om te bakken (onbeperkt)

Vruchten



1 avocado/dag niet meer dan ½ avocado per maaltijd

5 rijpe aardbeien/dag

1 plakje meloen/dag

Groenten



2 tomaten/dag (of 6 cherry-tomaten). Extra tomaten kunnen gebruikt worden om zelfgemaakte tomatensaus te bereiden

2 komkommers/dag geschild

1 wortel/dag

Verse spinazie (1 kopje ongekookte bladeren/dag)

3 slablaadjes éénmaal per dag

Eventuele toevoegingen



Olie: olijfolie, koolzaadolie

Specerijen (zuiver): zout, peper, paprika, kaneel, komijn, kurkuma

Verse kruiden: munt, oregano, koriander, rozemarijn, salie, basilicum, tijm, dille en peterselie

Andere kruiden: uien (alle soorten), knoflook, gember, vers citroensap

Zoetstoffen: honing 3 kleine eetlepels per dag, tafelsuiker (3 kleine theelepels per dag)

Dranken



Water

Sprankelend water

Kruidenthee (schijfjes citroen-, limoen-, sinaasappel- of muntblaadjes kunnen naar smaak worden toegevoegd)

Kamille thee

1 glas vers geperst zelfgemaakt sinaasappelsap (dagelijks)

Levensmiddelen die niet op de lijst van verplichte of toegestane levensmiddelen staan, zijn niet toegestaan.

Verboden voedingsmiddelen

Eiwitrijke voedingsmiddelen



Verwerkt vlees en vis, voorgereukt of gerookt

Zeevruchten

Rood vlees, varkensvlees, kalkoen, andere delen van de kip

Sojaproducten

Zuivelproducten

IJs

Niet-melkdranken (sojamelk, rijstmelk, amandelenmelk)

Koolhydraatrijke levensmiddelen



Tarweproducten: ontbijtgranen, brood, en alle andere producten die tarwe (gluten) bevatten

Bakkersgist

Glutenvrije producten die hierboven niet worden genoemd

Sojaproducten

Peulvruchten (linzen, erwten, kikkererwten en bonen)

Maïs

Bevroren aardappelen

Alle andere meelsoorten

Vruchten



Gedroogd fruit

Alle andere vruchten die niet als toegestaan zijn vermeld

Groenten



Diepgevroren groenten

Boerenkool

Prei

Asperges

Artisjok

Selderij

Alle andere groenten die niet als toegestaan zijn vermeld

Toevoegingen



Margarine

Sauzen

Salade Dressings

Stropen en siropen (esdoornstroop, maïssiroop, enz.)

Jam van welke aard dan ook

Kunstmatische zoetstoffen

Gemengde kruiden

Andere oliën (sojaolie, zonnebloem- en maïsolie, enz.) en oliespray

Dranken



Alle frisdranken

Vruchtensap

Andere gezoute dranken

Alcoholische dranken

Koffie

Alle varianten van thee (losse blaadjes en theezakjes)

Andere



Ingeblikte producten

Verpakte snacks (chips, pretzels, popcorn, enz.)

Snoep, chocolade, gebak en koekjes

Kauwgom

Noten

Alle soorten noten

Het CDED moet onder medisch toezicht worden gebruikt. Raadpleeg uw zorgverlener als u vragen hebt over de informatie die in het kader van dit programma wordt verstrekt.

Opmerkingen: _____
