

Tussendoortjes voor kinderen met diabetes mellitus

Dieetbehandeling voor:

Naam:

Geboortedatum:

Datum van afgifte:

Naam diëtist:

Tussendoortjes

De volgende tussendoortjes leveren (bijna) geen koolhydraten:

- Stukje kaas of worst
- Komkommer
- Tomaatjes
- Wortels
- Reepjes paprika of snoeppaprika
- Knakworstje of bifiworstje
- Augurk of uitjes
- Augurk met boterhamworst
- prikker met stukje kaas, knakworst, tomaatje en uitje
- Gekookt ei
- Slimpie ijsje
- Olijven
- Handje noten (3 gram)

De volgende tussendoortjes leveren minder dan of ongeveer 15 gram koolhydraten:

- Verschillende soorten fruit:
 - schaalpje aardbei, bosbessen, bramen of frambozen
 - kleine appel of peer
 - avocado
 - mandarijn
 - kiwi
 - 200 gram meloen
 - Perzik
 - Sinaasappel
- Sneeuwbrood met kaas of vleeswaar
- Rijstewafel of maiswafel
- Snack a jacks
- Cracker met kaas of smeerkaas
- Beschuit met kaas of vleeswaar
- Evergreen of 1 sultana (1 stuk)

- Soepstengel
- Verschillende koeken bevatten minder dan 15 gram koolhydraten: bastognekoek, biscuitje, bokkenpoot, knopper, lange vinger, kleine taai taai, 6 pepernoten
- Verschillende soorten snoep bevatten minder dan 15 gram koolhydraten: 1 bros, 4 dropjes, 1 mini marsje, milky way of nuts, 4 schuimpjes, 2 spekjes, 4 wine gums of zuurtjes en lolly
- Plak cake (30 gram)
- Kroket
- Zakje popcorn (25 gram)
- Raketje of ander waterijs
- zakje chips
- Cheeze dippers

Drinken zonder koolhydraten

- Water
- Thee zonder suiker
- Suikervrije limonade siroop of slimpie
- Frisdrank light
- Ice tea light
- Spa touch, chaudfontain fusion, sourcy sprankelend of eigen merk supermarkt
- Crystal clear
- Rivella

Hieronder vult de diëtist, indien nodig, je persoonlijke dieetbehandeling in en kun je je vragen noteren.

Tot slot

Neem voor meer informatie contact op met de afdeling Diëtetiek: dietetiek@etz.nl of via het secretariaat Paramedische Zorg, telefoonnummer: (013) 221 00 50.

Persoonlijke dieetbehandeling

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Noteer hieronder je vragen

.....
.....
.....

Belangrijke telefoonnummers

ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis): (013) 221 00 00

Secretariaat Paramedische Zorg: (013) 221 00 50

Diëtetiek, 43_1253 02-21

Copyright© ETZ
Afdeling Communicatie
Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.

