

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:
 - o schaalpje aardbei, bosbessen, bramen of frambozen
 - o kleine appel of peer
 - o avocado
 - o mandarijn
 - o kiwi
 - o 200 gram meloen
 - o Perzik
 - o Sinaasappel
- Snee brood 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)
- Krokot
- 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