Dialysedieet

azdelta

Uw ziekenhuis.

Beste patiënt

In samenspraak met uw arts, is er beslist om te starten met hemodialyse.
Om de hemodialyse zo vlot mogelijk te laten verlopen, zijn aanpassingen van de voedingsgewoonten nodig.
Bij nierinsufficiëntie is er een gestoorde werking van de nieren. Hierdoor stapelen er zich afbraakproducten (onder andere ureum en creatinine), zuren, vocht, natrium, kalium en fosfor op in uw lichaam en in het bloed. Dat kan leiden tot een aantal klachten.

Tijdens de dialyse wordt het teveel aan afvalstoffen en vocht uit uw lichaam verwijderd. De voedingsadviezen die aangeraden worden te volgen, zorgen ervoor dat de hoeveelheid afvalstoffen en vocht dat zich tussen twee dialysebeurten opstapelt, beperkt blijft.

In deze brochure willen we u uitleggen hoe u uw dagelijkse voeding kunt aanpassen om de ophoping van afvalstoffen en vocht in uw lichaam zo laag mogelijk te houden. We bespreken daarbij de voedingsstoffen waaraan u het best aandacht besteedt. Het gaat om vocht, zout, kalium, fosfor, eiwitten, vetten en koolhydraten.

De diëtisten

1 Vochtbeperking

Gezonde nieren verwijderen het teveel aan vocht uit het lichaam. Bij een verminderde nierfunctie stapelt vocht zich dus op. Dit kan leiden tot vocht in de longen(longoedeem) en teveel vocht in de benen. Om dit te vermijden, wordt de drankconsumptie beter beperkt.

Totaal toegelaten drank per dag = 500 tot 750 ml + urineproductie per 24 uur

De toegelaten hoeveelheid drank is afhankelijk van de hoeveelheid urine die in 24 uur gevormd wordt. Onder drank verstaat men: water, koffie, thee, frisdrank, melk... Bv. als u nog 400 ml plast, wordt dit: 500 tot 750 ml + 400 ml = 900 tot 1150 ml/ dag.

Tips

- Verdeel de vochtinname over de hele dag.
- Gebruik kleine kopjes en glazen.
- Neem uw medicatie zoveel mogelijk in met de drank van de maaltijd.
- Om uw mond te bevochtigen, kunt u een schijfje citroen of een waterverstuiver gebruiken. U kunt eventueel ook op een ijsblokje zuigen.
- Drink bij voorkeur gekoelde drank (niet te zoet en niet te zout) met kleine teugjes.
- Vermijd zoutrijke, suikerrijke, sterk gekruide of pikante gerechten, dit om het dorstgevoel te beperken.
- Gebruik luchtbevochtigers.

2 Zout

Natrium (Na) komt voornamelijk voor onder de vorm van zout (natriumchloride of NaCl). Zout is zo sterk in onze dagelijkse voeding aanwezig dat we te veel natrium innemen. Onder zout verstaan we: keukenzout, zeezout, jodiumzout, selderijzout... Te veel zout is schadelijk en meestal is het gebruik ervan een gewoonte.

Natrium is nodig voor de normale functie van het hart, de nieren, de zenuwen en andere organen. Als de nieren niet meer goed functioneren, kan teveel natrium in uw voeding echter leiden tot dorst, vochtophoping in het lichaam (oedeem) en een stijging van de bloeddruk. Om dit te vermijden is het noodzakelijk dat u een **natriumarm of zoutarm dieet** volgt (max. 5 - 6 g zout per dag!).

Minder zout staat nochtans niet gelijk aan minder smaak! Verwacht niet dat u een zoutarme maaltijd meteen smakelijk vindt. Wist u dat uw smaak papillen zich in amper drie weken aanpassen aan minder zout?

Tips

- Voeg geen zout toe aan bereidingen. Gebruik verse producten van goede kwaliteit en breng op smaak met kruiden of specerijen (nooit met dieetzout). Let op met kruidenmengelingen, omdat die meestal zout bevatten!
- Vermijd voedingsmiddelen en bereidingen uit de handel waar zout aan toegevoegd is, zoals bereide gerechten, voedingsmiddelen uit blik of glas. Lees de etiketten om te weten hoeveel zout deze bevatten. Opgelet: 1 g Natrium = 2,5 g zout!
- Bestrooi de aardappelen met peterselie of bieslook. Voeg aan de puree gebakken uitjes, rode en groene paprika of tuinkruiden toe.
- Marineer het vlees of voeg wat rode wijn toe aan de bereiding.
- Voeg bij de vis witte wijn, citroen of groene kruiden toe.

- Zet het zoutvat niet op tafel, zodat u niet in de verleiding komt om extra zout te gebruiken.

3 Kalium

Het lichaam heeft kalium (K) nodig om de spieren goed te laten functioneren. Te veel kalium kan spierzwakte, onregelmatige hartslag en zelfs een hartstilstand tot gevolg hebben. Het teveel aan kalium, opgenomen via de voeding, wordt hoofdzakelijk door de nieren verwijderd. Wanneer de nieren niet goed functioneren, verhoogt het kaliumgehalte in het bloed. Om dit te vermijden, wordt de kaliuminname beter beperkt **(max.2000-2500 mg K per dag**!). We streven naar een **bloedwaarde van kalium tussen 3,4 en 4,5 mmol/l.**

Tips

- Kook aardappelen en groenten in veel water. Bij het koken gaat een deel van het kalium over in het kookvocht. Gebruik dus nooit het kookvocht als basis voor sauzen.
- Schil aardappelen de dag voordien, snij ze in kleine stukken en laat ze een nacht in water staan. Kook ze gaar in veel vers, ongezouten water. 2 x koken vermindert het kaliumgehalte met meer dan de helft. Aardappelen in de schil gekookt, verliezen bijna geen kalium!
- Vermijd koken in microgolf, stoomoven, snelkookpan, oven, wokpan, stoomzakje, papillot en tajine. Deze kooktechnieken kunnen enkel gebruikt worden voor het opwarmen van reeds gekookte aardappelen en groenten. Bij deze bereidingswijzen kunnen aardappelen en/of groenten te weinig kalium verliezen.
- Let op met rauwe groenten; ze bevatten meer kalium dan gekookte groenten. Gebruik daarom slechts een halve portie rauwkost 1 tot 2 keer per week.
- Gebruik maximum 1 keer per 14 dagen een kleine portie frieten. Schil de aardappelen de dag voordien, snij ze in frieten en laat deze een nacht in water staan. Blancheer 3 minuten in ongezouten kokend water en droog af voor

het frituren. Kies bij frieten geen andere kaliumrijke voedingsmiddelen. Een alternatief is om correct gekookte aardappelen te kruiden met olijfolie, rozemarijn en tijm en nog kort in de oven te steken.
- Vervang aardappelen regelmatig (1 tot 2 keer per week) door deegwaren of witte rijst of couscous.
- Eénpansgerechten zoals hutsepot, Gentse waterzooi en ragout worden best aangepast bereid. Kook de aardappelen volgens de voorschriften en kook de groenten apart alvorens toe te voegen aan het eenpansgerecht.
- Vervang tomatenpuree door verse tomaten bij het bereiden van tomatensaus (bv. osso bucco, bolognaisesaus...). Deze saus vervangt dan wel de groenten.
- Eet maximum 1 stuk van de toegelaten vers fruit per dag.
- Vervang vers fruit door ingelegd fruit, wat de helft minder kalium bevat. Het sap van ingelegd fruit mag niet gebruikt worden.
- Zoutarme producten en dieetzout bevatten veel kalium. In deze producten wordt natrium vervangen door kalium.
- Thee bevat minder kalium dan koffie.
- Drink geen soep!
- Let op met voedingsmiddelen die verrijkt zijn met mineralen, deze kunnen veel kalium bevatten.

Gebruik van kaliumbinders in poedervorm

Het poeder dient samen met voeding ingenomen te worden. Het poeder bindt in de darm met de kalium uit de voeding en verlaat via de stoelgang het lichaam.

Het poeder lost goed op in water of kan gemengd worden met voeding. Het mengt goed in gerechten met bloem (bv. cake) doch het mengt niet goed in combinatie met olie, ei.
Het poeder mag ook verhit worden.

Toegevoegde kalium op de verpakking van voedingsmiddelen wordt aangeduid met kaliumzout, kaliumcloride (KCL) of E50.

Kaliumbinders dienen ingenomen te worden bij een kaliumrijke maaltijd of tussendoortje.

Voedingsmiddelen rijk aan kalium: beperkt te gebruiken!

Aardappelen, groenten en fruit zijn onmisbaar in een gezonde voeding. Ze bevatten zeer veel vitamines maar ook mineralen zoals kalium. Door een juiste keuze, portiegrootte en bereidingswijze zijn ze geschikt om in het dialysedieet in te passen.

Aanbevolen maximale inname van aardappelen, groenten en fruit per dag

- **max. 150 g** aardappelen per dag (3 stuks ter grootte van een ei)
- **max. 150 g** vers fruit per dag (= 1 stuk fruit)
- **max. 150 g** gekookte groenten per dag

Melk en melkproducten (yoghurt, pudding, pap, melk, karnemelk) bevatten ook veel kalium en worden daarom beter **beperkt tot 250 ml per dag.** Bij aanhoudend verhoogd kalium kan het zijn dat de hoeveelheid melk en melkproducten verlaagd zal worden tot 125 ml per dag. Sojaproducten bevatten veel minder kalium en kunnen eventueel ter vervanging van melk en melkproducten gebruikt worden.

Voedingsmiddelen zéér rijk aan kalium: te mijden!

Brood en graanproducten

- volkorenproducten (volkorenbrood, volkorendeegwaren, volkorenrijst, zemelen...)
- muesli, volkorenontbijtgranen en ontbijtgranen met gedroogde vruchten, noten of chocolade, havermout
- volkorenkoeken, rozijnenbrood, rijstwafels

Aardappelen

- aardappelen in de schil

- diepvries frieten, frieten van de frituur
- chips

Groenten en peulvruchten
- verse groenten: champignons, spinazie, postelein, spruiten, venkel, bleekselder, knolselder, maïs, artisjok, avocado, koolrabi, pastinaak, rammenas, rode biet
- peulvruchten: alle gedroogde bonen, split- en kikkererwten, linzen, ...
- zeewier
- tomatenpuree, tomatenketchup

Fruit
- vers fruit: banaan, kiwi, rabarber, meloen (cavaillon), aardbei, rode bes, witte bes, abrikoos, passievrucht,
- pompelmoes, wijnsinaasappel, sterfruit (gevaarlijk in combinatie met bepaalde medicatie)
- gedroogd fruit: rozijnen, dadels, vijgen, pruimen

Noten en zaden
- alle noten, ook verwerkt in marsepein of frangipane (amandelen), studentenhaver
- zaden en pitten
- lijnzaad

Drank
- sterke koffie (espresso, filters, oploskoffie), granenkoffie, chicorei
- alle fruitsappen
- alle groentesappen (bv. tomatensap, wortelsap, bietensap)
- sportdranken en energiedranken
- soep

Diversen
- alle producten op basis van cacao (chocolade, chocopasta, chocolademelk, chocoladepudding, chocoladekoekjes, pralines)
- appel– en perensiroop
- vitaminen- en mineralenpreparaten

4 Fosfor

Bij sommige dialysepatiënten of patiënten met ernstig chronisch nierlijden ziet men een chronisch **verhoogd fosforgehalte** in het bloed. Dit kan leiden tot **calciumfosforneerslag** in slagaders, gewrichten, weke weefsels en organen. Op lange termijn kan dit gevolgen hebben: botontkalking, aderverkalking, gewrichtspijnen, rode ogen en jeuk. Daarom is het belangrijk het **calciumfosfor product** in het bloed **lager dan 55** te houden en de **fosforspiegel tussen 0,77 en 1,45 mmol/l.**

Indien een fosfaatbinder genomen wordt, is het toch nog zeer belangrijk de inname van fosfor via de voeding te beperken. De **fosforinname** via de **voeding mag max. 1200 mg** per dag zijn. Fosfor komt voor in de meeste eiwitrijke voedingsmiddelen, zoals kaas, melkproducten, vlees, vis en ei. Bovendien worden fosforzuur (E338) en fosforzouten (E339, E340, E341, E343, E442, E450, E451, E541, E452, E1410, E1412, E1413, E1414, E1442) dikwijls door de industrie aan de voeding toegevoegd om de houdbaarheid, de smaak en het uitzicht te verbeteren. Het toegevoegde fosfor (E-nummers) wordt volledig opgenomen door het lichaam. Op de verpakking van voedingsmiddelen wordt fosfor aangeduid met **P (=phosphor).**

Tips voeding

- Bereid de puree zonder eierdooier.
- Let op met bereide vleesgerechten waarin kaas is verwerkt zoals cordon bleu, orloff, kaashamburger, pizza, lasagne, croque monsieur...
- Bereid kaassaus eventueel met een kleine hoeveelheid Boursin, mozarella of ricotta i.p.v. Emmentaler of Gruyère.
- Kaasschotel, kaasfondue, raclette en kaaskroketten zijn eveneens af te raden!
- Beperk de portie vlees of vis (max. 150 g) bij de warme maaltijd.

- Beperk de portie toespijs (vlees, kaas, vis) tot max. 50 g bij de broodmaaltijd 1 keer per dag.
- Beperk het aantal melkproducten tot 250 ml per dag, tenzij anders voorgeschreven door de arts, diëtist(e).

Tips fosformedicatie

- Neem de fosfaatbinder in tijdens of vlak na de maaltijd; deze komt samen met het voedsel in de darm terecht waar de fosfaatbinder zich bindt aan een deel van de fosfor uit de voeding en zo het lichaam via de stoelgang kan verlaten.
- Fosfaatbinders moeten ingenomen worden bij een fosforrijke maaltijd (met vlees, vis of kaas) of bij fosforrijke tussendoortjes (vb. yoghurt, pudding, roomijs, koek en gebak). Het heeft geen zin om fosformedicatie in te nemen bij een maaltijd die geen fosfor bevat.
- Vergeet niet uw fosformedicatie in te nemen als u op restaurant gaat of aan de dialyse eet. Het heeft geen zin om een uur na de maaltijd nog de vergeten fosformedicatie in te nemen.

Voedingsmiddelen zeer rijk *aan* fosfor: te mijden!

Brood en graanproducten
- volkorenproducten: volkorenbrood, volkorendeegwaren, volkorenrijst, zemelen...
- volkorenkoeken, rozijnenbrood, rijstwafels
- muesli, volkorenontbijtgranen en ontbijtgranen met gedroogde vruchten, noten of chocolade, havermout

Groenten en peulvruchten
- verse groenten: champignons, groene kool, spruitjes, maïs, artisjok
- peulvruchten: alle gedroogde bonen, split- en kikkererwten, linzen

Fruit
- gedroogd fruit: rozijnen, dadels, vijgen...

Noten en zaden

- alle noten, ook verwerkt in marsepein of frangipane (amandelen), studentenhaver
- zaden en pitten
- lijnzaad

Vlees, vis en ei

- vlees: orgaanvlees (lever, nier, hersenen) duif, patrijs, fazant, gans
- vis: garnalen, mosselen, sardienen, koolvis, haring, surimi (=imitatiekrab)
- ei: vooral de eidooier, eet niet meer dan 2 eieren per week, let op voor bereidingen met eieren !! (tiramisu, advocaat, Hollandse saus, béarnaisesaus, flan, sabayon...)

Diversen

- cacao houdende producten: chocolade, pralines, chocopasta, cacaopoeder, chocolademelk, chocoladepudding, chocoladekoeken
- cola, tonic, Bitter Lemon en eveneens de lightsoorten
- biersoorten van hoge gisting (Abdijbier, Trappist, Kriek, Geuze)
- sportdranken en energiedranken
- Vitaminen- en mineralenpreparaten

Kaas

TOEGELATEN *	TE MIJDEN
Fosfor lager dan 300 mg/100g	**Fosfor hoger dan 300 mg/100g**
Verse kaas : platte kaas, cottage cheese, Chavroux, Kiri, mascarpone, Petit Gervais, Petit Suisse, Philadelpia, ricotta, Saint-Moret, mozarella, Boursin, Tartare...	Alle smeer- en smeltkazen, ook de light soorten!
Zachte kaas : Herve, Camembert, Chamois d'or, Saint-Albray, Suprême des Ducs, Caprice des Dieux, feta... **Zachte geitenkaas**: Bûchette, Crottin..	**Zachte kaas** : Brie, Chaumes, Chimay, Maredsous, Port-Salut, Petrus, Rambol, Reblochon, Père Joseph ... **Schimmelkaas** : Roquefort, Cambozola... **Harde kaas** : Gouda, Gruyère, Emmentaler, Leerdammer, Oud-Brugge, Parmezaan, Raclette, Cheddar, Passendale...

* De voorkeur gaat uit naar magere kazen, omwille van het vetgehalte!

Gebruik max. 30-50 g kaas bij de broodmaaltijd 1 keer per dag! Bij een aanhoudend hoog fosforgehalte in het bloed, kan het aan te raden zijn om de kaas volledig weg te laten.

5 Lijst van toegelaten en te mijden voedingsmiddelen

Kruiden en specerijen

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Specerijen: peper, paprika, curry, kaneel, look, muskaatnoot, saffraan, vanille... alle verse en gedroogde tuinkruiden: bieslook, kervel, peterselie, basilicum, rozemarijn, tijm, laurier... Met mate: mosterd, pickles	Zout, zeezout, selderijzout, dieetzout (kaliumchloride) Worcestersaus, tabasco, Oosterse vis- en oestersaus, sojasaus Gemengde kruiden: spaghettikruiden, kipkruiden, barbecuekruiden, Herbamare kruiden Tomatenpuree, tomatenketchup

Graanproducten

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Zoutarm wit of licht bruin brood Zoutarm geroosterd brood Zoutarme pistolets of piccolo's, zoutarm stokbrood, zoutarme sandwiches	Alle gewone broodsoorten met zout, melkbrood, koekenbrood, rozijnenbrood, volkorenbrood, roggebrood, speltbrood suikerbrood, boterkoeken, croissants gewone pistolets, piccolo's, stokbrood, sandwiches, eierkoek, rijstwafels gewone beschuiten, cracotten, knäckebröt Gewoon paneermeel Cornflakes, rice crispies, muesli, volkoren ontbijtgranen

Zoetigheden

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Zoutarme peperkoek Zoutarm gebak of zoutarme koekjes suiker, honing, gelei, confituur alle snoep met mate	Gewone peperkoek Gewoon gebak of koekjes, frangipane, Volkorenkoeken Stroop, appel- en perensiroop Drop, marsepein, nougat, popcorn Alle producten op basis van cacao: chocolade, chocopasta, Chocoladekoek, hagelslag Speculaaspasta, pindakaas

Aardappelen, deegwaren en bindmiddelen

TOEGELATEN	TE MIJDEN
max. 150 g per dag Gekookte aardappelen zonder zout, puree zonder zout en eidooier Verse frieten zonder zout (max. 1 x per 14 dagen) Witte rijst en deegwaren (macaroni, spaghetti, noedels, tagliatelli, vermicelli), couscous, quinoa zonder zout bereid bloem, maïzena, aardappelzetmeel, boekweitmeel griesmeel, tapioca, vanillebloem, zelfrijzende bloem, bakpoeder	Kant-en-klare aardappelbereidingen aardappelen in de schil, aardappelen bereid met zout, alle soorten kroketten Diepvriesfrieten, frieten van de frituur rösti Alle kant-en-klare rijst en deegwaren, volkorendeegwaren, volkorenrijst volkorencouscous of quinoa Pizza, lasagne Tarwekiemen, havermout, tarwezemelen, lijnzaad, zaden en pitten Chips, aperitiefhapjes

Vis

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Alle soorten verse vis: kabeljauw, zalm, tong, zeeduivel, zeewolf, pladijs, ... Onbereide diepvriesvis Zelfbereide vissalade zonder zout Zoutarme visconserven uitgez. sardienen met mate: schaal- en schelpdieren: krab, kreeft, scampi, sint-jacobsoesters	Alle bereide verse vis of diepvriesvis koolvis, sardienen, gepaneerde vis gerookte of gepekelde vis: rolmops, haring, ansjovis, forel, sprot, zalm, heilbot, makreel, maatjes, paling Gewone vissalade Gewone visconserven Schaal- en schelpdieren: garnalen, mosselen, oesters, wulken, ... surimi (= imitatiekrab)

Vlees

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Alle soorten vers vlees (rund, kalf, paard, varken, lam, konijn, struisvogel) Kip, kalkoen, eend (zonder vel) Wild (uitz. de verboden soorten) Onbereid diepvriesvlees Zelfbereide verse vleeswaren: runds- en kalfstong, gebraad, rosbief, koude kip en kalkoen... Zelfbereide vleessalade Quorn, tofu (gehakt, stukjes, blokjes)	Alle bereide vleessoorten: spek, worst, hamburger, blinde vink, orloff, cordon bleu, Zwitserse schijf, schnitzel, vogelnestje, kaashamburger... Orgaanvlees (lever, nier, hersenen, hart, zwezerik) Duif, patrijs, fazant, gans Gewone vleeswaren: kippenham, salami, kalkoenham, gekookte en gerookte ham, paté, alle worstsoorten, corned beef... Gewone vleessalade Alle vleesconserven Gepaneerde vleesvervangers, seitan, tempeh

Zuivelproducten

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Verse (kruiden)kaas, zachte geitenkaas, zachte (magere) kaas, (magere) plattekaas melk, (bio) sojadrink, yoghurt, karnemelk, pap, pudding, sojapudding, soja yoghurt natuur Sorbet, vanille roomijs, consumptie-ijs, sojaijs Max. 2 eieren per week	Alle smeer-, smelt-, schimmel- en harde kaas, bepaalde zachte kazen (zie lijst) Chocomelk, chocolade(soja) pudding, cacaomelk, chocoladesojadrink IJs met chocolade Meer dan 2 eieren per week Bereidingen met eieren (tiramisu, flan, sabayon, advocaat, béarnaisesaus, Hollandse saus,...)

Groenten

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Max. 150 g per dag Verse groenten, uitgezonderd de verboden soorten 1/2 portie rauwe groenten (2x per week) Onbereide diepvriesgroenten Zoutarme groenten uit blik of glas	Rode biet, zuurkool, spinazie, postelein, champignons, spruiten, bleekselder, knolselder, venkel, artisjok, avocado, groene kool, pastinaak, rammenas, koolrabi, maïs, zeewier Bereide diepvriesgroenten Gewone groenten uit blik of glas Peulvruchten: alle gedroogde bonen, erwten, linzen, kikkererwten, ...

Fruit

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Fruit max. 150 g per dag Vers en ingelegd fruit: uitgezonderd de verboden soorten	Banaan, kiwi, meloen (cavaillon), rabarber, aardbei, rode bes, witte bes, abrikoos, passievrucht, sterfruit gedroogd fruit: rozijnen, dadels, vijgen, pompelmoes Alle noten, olijven
Opgelet met sterfruit, pompelmoes en wijnsinaasappel, dit levert in combinatie met medicatie mogelijk problemen.	

Vetstoffen

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Zoutarme smeermargarine met minder zout: Zoutarm bak- en braadmargarine Alle oliesoorten Zoutarme zelfbereide mayonaise en vinaigrette zoutarme dressing (Becel, Vitelma) Zoutarm zelfbereide saus	Boter Alle gewone margarines Alle gewone bak- en braadvetten Gewone mayonaise, slasaus, vinaigrette sauspoeders, kant-en-klare sausen

Drank

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Mineraalwater, spuitwater (bij voorkeur minder dan 50 mg Na+ per liter of geschikt voor babyvoeding) Frisdrank uitgez. de verboden soorten koffie, thee Alcoholische dranken: indien toegelaten door de dokter Zoutarme bouillonblokjes	Spuitwater met hoog zoutgehalte: Vichy, Tönisteiner, Gerolsteiner, Badoit, Schweppes, soda cola, tonic, Bitter Lemon, ook de lightsoorten Sport- en energiedranken, smoothies Alle fruit- en groentesappen, tomatensap Oploskoffie, filterkoffie, granenkoffie, espresso, chicorei Bier van hoge gisting (Abdijbier, Trappist, Kriek, Geuze...) Verse soep of bouillon, soep uit blik of pakjes Gewone bouillonpoeder of -blokjes

6 Schema vochtbeperking

VOCHTBEPERKING: .....ml

Ontbijt: ..... ml

.....ml koffie of thee

.....ml melk of melkdranken

.....ml water

Middag: ..... ml

.....ml water, witte limonade of tafelbier

Avond: ..... ml

.....ml koffie of thee

.....ml melk of melkdranken

.....ml water

Notities

Contact

Dieetafdeling

CAMPUS BRUGSESTEENWEG

e dietisten.brug@azdelta.be

CAMPUS RUMBEKE

e dietisten.rumbeke@azdelta.be

CAMPUS MENEN

e dietisten.menen@azdelta.be

CAMPUS TORHOUT

e duetisten.torhout@azdelta.be

www.azdelta.be

Bron: info diëtisten AZ Delta