

Bijvoeding





INHOUD

Inleiding	04
Gebruik	05
Soorten bijvoeding	06
Ter vergelijking	14
Recepten.....	15
Warme chocolademelk met slagroom	15
Bijvoeding Mousse.....	16
Preisoep met zalmsnippers	17

Inleiding

Ziekte, slikproblemen, mondproblemen, decubitus... kunnen aanleiding geven tot een verminderde voedselinname en/of een verhoogde energiebehoefte. Dit kan op zijn beurt leiden tot een ongewenst gewichtsverlies en uiteindelijk tot ondervoeding. Als er via gewone voeding onvoldoende voedingsstoffen kunnen worden ingenomen, kan bijvoeding de tekorten aanvullen.

Bijvoeding is verkrijgbaar bij de apotheker (zonder voorschrift) of kan via gespecialiseerde firma's aan huis worden geleverd. Uw diëtist kan u hierbij verder begeleiden.



Gebruik

Bijvoeding wordt meestal gebruikt ter aanvulling van maaltijden en niet ter vervanging van een volledige maaltijd. In sommige gevallen, wanneer de inname van gewone voeding niet mogelijk is, wordt bijvoeding toch als enige energiebron gebruikt. Hou er wel rekening mee dat niet elke bijvoeding hiervoor geschikt is. Vraag advies aan uw diëtist of behandelende arts.

Bijvoeding wordt bij voorkeur in kleine slokjes, gespreid over de dag, gedronken. Als je te snel drinkt, kan dit een zwaar gevoel veroorzaken. Bijvoeding kan op kamertemperatuur bewaard worden, maar wordt voor het drinken best gekoeld omdat dit de smaak ten goede komt. Je kan de bijvoeding ook opwarmen, invriezen tot waterijsjes of ijsblokjes, verdunnen met water of melk of verwerken in een gerecht (zie bv. de recepten achteraan deze brochure). Verwarm de bijvoeding niet boven 50°C om verlies van voedingsstoffen te vermijden.

Na opening is de bijvoeding nog 24 uur gekoeld houdbaar. Schud het flesje steeds goed voor gebruik.

Opmerking:

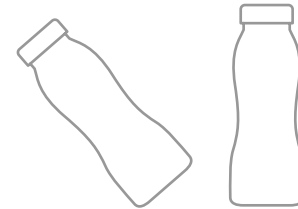
- Drink bijvoeding verspreid over de dag.
- Kies de temperatuur die je het meest bevalt (niet koken).
- Bijvoeding kan verwerkt worden in een maaltijd.

Soorten bijvoeding

Hieronder vind je een overzicht van een aantal vaak gebruikte bijvoedingen van verschillende merken. De diëtist of arts kan in de lijst aanduiden welke bijvoeding het meest geschikt is.

Drinkvoeding op melkbasis, energierijk

SOORT	MERK	SMAAK	VOLUME	CAL.	EIWIT	VEZEL
Resource Energy	Nestlé	chocolade, koffie, aardbei-framboos, banaan	200 ml	303	11,2 g	0 g
Fortimel Compact	Nutricia	vanille, mokka, aardbei, banaan, chocolade, neutraal	125 ml	300	12 g	0 g
Fresubin Energy Drink	Fresenius Kabi	vanille, cappuccino, tropische vruchten, aardbei, chocolade, cassis, banaan, neutraal, lemon	200 ml	300	11,2 g	0 g



Drinkvoeding op fruitbasis, energierijk

SOORT	MERK	SMAAK	VOLUME	CAL.	EIWIT	VEZEL
Resource Fruit	Nestlé	appel, sinaasappel, peer-kers, framboos-zwarte bes	200 ml	303	8 g	0 g
Fortimel Jucy	Nutricia	appel, aardbei, sinaasappel, bosvruchten	125 ml	300	7.8 g	0 g
Fresubin Jucy	Fresenius Kabi	ananas, zwarte bessen, kers, sinaasappel, appel	200 ml	300	8 g	0 g
Delical Vruchtendrank	BS Nutrition	ananas, sinaasappel, multivruchten, appel, druiven	200 ml	269	8.2 g	0 g

Drinkvoeding op melkbasis, eiwit- en ergierijk

SOORT	MERK	SMAAK	VOLUME	CAL.	EIWIT	VEZEL
Resource HP/HC	Nestlé	vanille, perzik, chocolade, aardbei, karamel	200 ml	320	20 g	0 g
Resource Senior Activ	Nestlé	romige vanille, karamel-toffee, aardbei	200 ml	300	20 g	0 g
Resource 2.0	Nestlé	abrikoos, aardbei, vanille, ananas-mango, chocolade-munt	200 ml	400	20 g	0 g
Fortimel Extra	Nutricia	vanille, koffie, chocolade, bosvruchten, abrikoos, aardbei	200 ml	300	18 g	0 g
Fortimel Compact Protein	Nutricia	vanille, aardbei, mokka, banaan, rode vruchten, perzik-mango, neutraal	125 ml	300	18 g	0 g

SOORT	MERK	SMAAK	VOLUME	CAL.	EIWIT	VEZEL
Fresubin 2 kcal Drink	Fresenius Kabi	vanille, bosvruchten, cappuccino, abrikoos-perzik, neutraal, karamel	200 ml	400	20 g	0 g
Fresubin 3.2 Drink	Fresenius Kabi	vanille-karamel, hazelnootjes, mango	125 ml	400	20 g	0,6 g
Fresubin Protein Energy	Fresenius Kabi	cappuccino, chocolade, bosaardbei, tropische vruchten, nootjes, vanille	200 ml	300	20 g	0 g
Delical HPHC	BS Nutrition	vanille, chocolade, koffie, karamel, rode vruchten, perzik-abrikoos	200 ml	300	20 g	0 g
Delical Geconcentreerd	BS Nutrition	vanille, aardbei, koffie	200 ml	452	29 g	0 g

Drinkvoeding en lepelbare bijvoeding op melkbasis, voor personen met diabetes

SOORT	MERK	SMAAK	VOLUME	CAL.	EIWIT	VEZEL
Resource Diabet	Nestlé	vanille, aardbei, koffie	200 ml	200	14 g	4 g
Diasip	Nutricia	vanille, aardbei, koffie, chocolade	200 ml	208	9,8 g	4 g
Fresubin DB Drink	Fresenius Kabi	vanille, bosvruchten, cappuccino, abrikoos-perzik, praliné	200 ml	300	15 g	4 g
Fresubin DB Crème	Fresenius Kabi	bosaardbei, abrikoos-perzik, praliné, vanille	125 g	188	9,4 g	2,5 g
Delical HPHC met zoetstoffen	BS Nutrition	vanille, koffie, aardbei	200 ml	300	20 g	7 g
Delical Crème HPHC zonder suiker	BS Nutrition	koffie, cacao, aardbei, vanille	125 g	188	12,5 g	5,6 g

Drinkvoeding op melkbasis voor personen met doorligwonden

SOORT	MERK	SMAAK	VOLUME	CAL.	EIWIT	VEZEL
Resource Repair	Nestlé	vanille, koffie	200 ml	254	18 g	0 g
Cubitan	Nutricia	aardbei, chocolade	200 ml	250	18 g	0 g



Lepelbare bijvoeding op melkbasis

SOORT	MERK	SMAAK	VOLUME	CAL.	EIWIT	VEZEL
Resource Dessert Complete	Nestlé	karamel, chocolade, perzik, vanille	125 g	187	11 g	2,9 g
Resource Dessert Gourmand	Nestlé	aardbei, chocolade, vanille	125 g	188	11 g	0 g
Fortimel Crème	Nutricia	chocolade, vanille, mokka, bosvruchten	125 g	201	12,5 g	0 g
Fresubin 2kcal Crème	Fresenius Kabi	cappuccino, chocolade, bosaardbei, praliné, vanille	125 g	250	12,5 g	0 g
Delical Crème La Floridine	BS Nutrition	vanille, chocolade, koffie, praliné, aardbei, abrikoos	125 g	188	11,3 g	0 g

Lepelbare bijvoeding op fruitbasis

SOORT	MERK	SMAAK	VOLUME	CAL.	EIWIT	VEZEL
Resource Dessert Fruit	Nestlé	appel, appel-aardbei, appel-perzik	125 g	207	6,2 g	2,1 g
Fresubin Dessert Fruit	Fresenius Kabi	appel, appel-aardbei, appel-perzik, appel-pruim*	125 g	200	8,75 g	0,5 g of 4,4 g*
Delical Nutra'Pote	BS Nutrition	appel, appel-banaan, appel-aardbei, appel-abrikoos	125 g	189	7,1 g	3,8 g



Ter vergelijking

- 1 flesje bijvoeding van 300 kcal bevat evenveel kcal als
 - » 4 sneden bruin brood
 - » 2 sandwiches
 - » 2 vanillepuddingen
 - » 3 bollen vanille ijs

- 1 flesje bijvoeding van 20 g eiwitten bevat evenveel eiwit als
 - » 100 gram vlees/vis
 - » 2 eieren
 - » 4 sneetjes jonge kaas
 - » 4 yoghurts



Recepten

Warme chocolademelk met slagroom (1 portie)

➤ Ingrediënten

- » 100 ml eiwitrijke bijvoeding met chocoladesmaak
- » 30 ml room (≥ 35 % vet)
- » één koffielepel bloedsuiker

➤ Bereidingswijze

- » Verwarm de bijvoeding op het vuur of in de microgolfoven.
- » Let op, laat de vloeistof niet koken om klontervorming en vitamineverlies te vermijden.
- » Klop de room op samen met de suiker.
- » Serveer de warme chocolademelk met een toefje slagroom.

➤ Voedingswaarden: één portie (135 ml)

- » Energie: 284 Kcal
- » Eiwitten: 11 g
- » Vetten: 17 g (waarvan 7,5 g verzadigde vetten)
- » Koolhydraten: 23 g (waarvan 13,3 g suikers)



Bijvoeding Mousse (5 porties)

➤ Ingrediënten

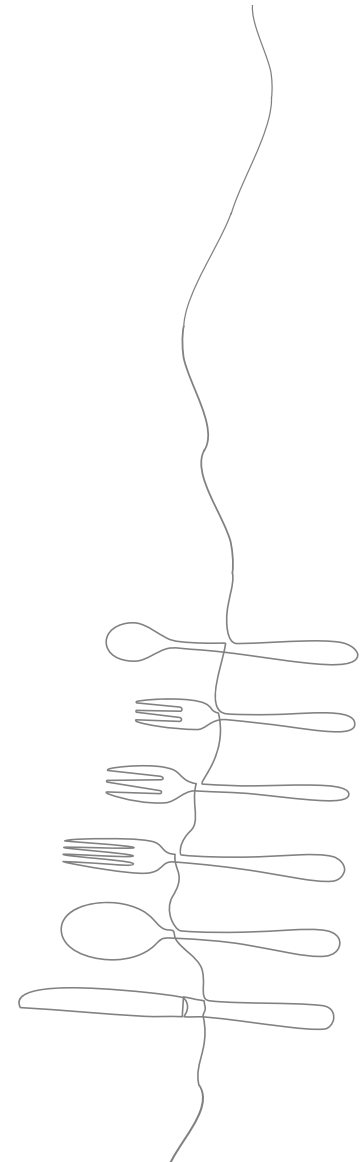
- » 350 ml room (≥ 35 % vet)
- » twee zakjes Klop-Fix® van dr. Oetker (16 g)
- » 200 ml eiwitrijke bijvoeding (smaak naar keuze)
- » 60 g bloedsuiker
- » karamel/cacaopoeder/vanille-essence (naar wens)

➤ Bereidingswijze

- » Klop de slagroom half op met de bloedsuiker.
- » Meng de Klop-Fix® met de bijvoeding (op kamertemperatuur).
- » Voeg de half opgeklopte slagroom toe aan de massa.
- » Klop de massa verder op tot een mousse.
- » Breng eventueel verder op smaak met karamel/cacaopoeder/vanille-essence naar wens.

➤ Voedingswaarden: één portie (125 g)

- » Energie: 358 Kcal
- » Eiwitten: 5,6 g
- » Vetten: 27 g (waarvan 15,4 g verzadigde vetten)
- » Koolhydraten: 23,4 g (waarvan 18,2 g suikers)



Preisoep met zalmsnippers (4 porties)

➤ Ingrediënten

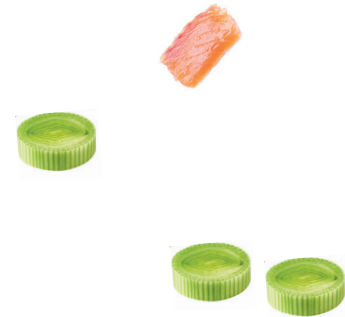
- » 320 g verse prei (= wit en lichtgroen gedeelte van 1 grote prei)
- » 40 g margarine of boter
- » 1 bouillonblokje (5 g)
- » 200 ml water
- » 400 ml bijvoeding met neutrale smaak
- » 10 g bieslook (optioneel)
- » 100 g gerookte zalmsnippers
- » Snuifje peper

➤ Bereidingswijze

- » Snij de prei in dunne ringetjes en fruit deze in de margarine of boter.
- » Voeg hieraan de bouillon en het water toe.
- » Laat het geheel een paar minuten zachtjes doorkoken.
- » Mix de soep.
- » Voeg al roerend de bijvoeding toe en breng de soep op temperatuur (niet koken).
- » Roer de fijn gesneden bieslook en zalmsnippers door de soep en breng deze op smaak met peper.

➤ Voedingswaarden: één portie (125 g)

- » Energie: 309 Kcal
- » Eiwitten: 12 g
- » Vetten: 17,5 g (waarvan 4,4 g verzadigde vetten)
- » Koolhydraten: 25,8 g (waarvan 13,6 g suikers)



Heb je nog vragen, aarzel dan niet om ons te contacteren. We helpen je graag verder.

Diëtisten AZ Maria Middelaers:

Griet De Maesschalck	09 246 93 15
Lies Dejagere	09 246 93 36
Delphine Herman	09 246 93 43
Sofie Kindt	09 246 93 38
Mieke Kint	09 246 93 39
Charlotte Matton	09 246 93 46
Sofie Schelfaut	09 246 93 37
Sven Van Caneghem	09 246 93 34
Barbara Van Cauter	09 246 93 41
Els Van der Vaet	09 246 93 41
Domien Van Dijck	09 246 93 32
Hilde Van De Walle	09 246 93 31
Caroline Vandoninck	09 246 93 42





Deze brochure is gedrukt
op maxioffset – papier
afkomstig uit bossen die
duurzaam worden beheerd.

VOLG ONS OOK OP:



Gezondheids**Zorg** met een Ziel

Buitenring Sint-Denijs 30 | 9000 Gent | 09 246 46 46 | www.mariamiddelares.be | info@azmmsj.be

AZ Maria Middelares heeft deze informatiebrochure met de grootste zorg opgemaakt. Deze brochure is indicatief en vervangt de raadpleging bij je arts niet. Mocht deze brochure vergissingen of onvolledigheden bevatten, dan zijn AZ Maria Middelares, zijn medewerkers en zijn artsen hiervoor niet aansprakelijk.

14004 | December 2019