AZ MOL

DRANKEN: ER ZIJN VERSCHILLEN!

DIËTIEK

Klein in schaal, gróót in zorg

OVERZICHT

→ Klik op een titel om rechtstreeks naar de gewenste informatie te gaan.

» (Bruisend) water
» Koffie / thee (zonder suiker en melk)
» Bouillon (groente, gemiddeld)
» Soep (tomatengroente, gemiddeld)
» Peulvruchtensoep (spliterwten zonder vlees, gemiddeld)
» Alcoholvrij bier (gemiddeld)
» Alcoholvrije cocktail (gemiddeld)
» Dorstlesser
» Water met grenadine (gemiddeld)
» Sinaasappelsap
» Groentesap (met tomaat, gemiddeld)
» Frisdrank light / zero
» Frisdrank gesuikerd
» Smoothie (enkel op basis van fruit)

OVERZICHT

→ Klik op een titel om rechtstreeks naar de gewenste informatie te gaan.

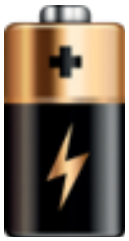
» Sojadrink natuur
» Haverdrink natuur
» Amandeldrink natuur
» Karnemelk (gesuikerd)
» Drinkyoghurt (vol, gesuikerd)
» Latte macchiato (espresso met volle melk en melkschuim)
» Ijskoffie (ice cappuccino)
» Volle melk
» Volle chocolademelk
» Milkshake (met banaan, roomijs en volle melk, gemiddeld)
» Bijvoeding (melkbasis, eiwitrijke variant)
» Bijvoeding compact (melkbasis, eiwitrijke variant)
» Bijvoeding (fruitsapbasis)
» Tot slot

TERUG NAAR OVERZICHT

Bij ziekte en behandeling heeft ons lichaam doorgaans een grotere behoefte aan energie en eiwitten. Maar ook voldoende vocht opnemen is heel belangrijk. Dranken die calorieën en/of eiwitten bevatten krijgen de voorkeur. Water, koffie, thee en light frisdranken leveren geen calorieën en geen eiwitten en worden dus best vervangen door een andere drank.

Het is aanbevolen om dagelijks gemiddeld 1,5 - 2 liter te drinken. In sommige situaties zoals bij diarree, braken, koorts, stoma... is het aan te raden om nog meer te drinken.

Het energie- en eiwitgehalte van verschillende dranken wordt in deze brochure visueel weergegeven door volgende icoontjes:



Aanduiding voor energie (20 kcal)



Aanduiding voor eiwit (1 gram)

(BRUISEND) WATER

Per klein glas (150 ml)



Energie (0 kcal): /

Eiwitten (0 gram): /

TERUG NAAR OVERZICHT

KOFFIE / THEE (ZONDER SUIKER EN MELK)

Per tas (125 ml)





Energie (0 kcal): /

Eiwitten (0 gram): /

BOUILLON (GROENTE, GEMIDDELD)

Per bord / soepkom (250 ml)



Energie (18 kcal):



Eiwitten (1,1 gram):



SOEP (TOMATENGROENTE, GEMIDDELD)

(+1,5 eetlepel culinaire room 20% vet)
Per bord / soepkom (250 ml)



Energie (142 kcal):



Eiwitten (3,5 gram):



TERUG NAAR OVERZICHT

PEULVRUCHTENSOEP (SPLITERWTEN ZONDER VLEES, GEMIDDELD)

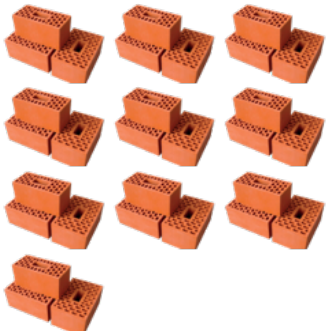
Per bord / soepkom (250 ml)



Energie (203 kcal):



Eiwitten (10,2 gram):



ALCOHOLVRIJ BIER (GEMIDDELD)

Per bierflesje (250 ml)



voorbeeld

Energie (88 kcal):



Eiwitten (0,5 gram):



TERUG NAAR OVERZICHT

ALCOHOLVRIJE COCKTAIL (GEMIDDELD)

Per glas (200 ml):



Energie (180 kcal):

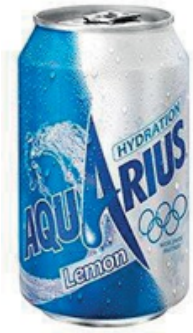


Eiwitten (1 gram):



DORSTLESSER

Per blikje/flesje (330 ml)



Voorbeeld

Energie (107 kcal):



Eiwitten (0 gram): /

WATER MET GRENADINE (GEMIDDELD)

Per groot glas (250 ml) + 25 ml siroop



Energie (81 kcal):



Eiwitten (0 gram): /

TERUG NAAR OVERZICHT

SINAASAPPELSAP

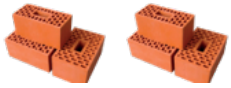
Per groot glas (250 ml)



Energie (103 kcal):



Eiwitten (1,8 gram):



GROENTESAP (MET TOMAAT, GEMIDDELD)

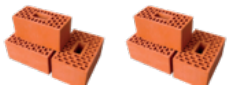
Per groot glas (250 ml)



Energie (45 kcal):



Eiwitten (2,2 gram):



FRISDRANK LIGHT / ZERO

Per flesje/glas (200 ml)



Energie (0 kcal): /

Eiwitten (0 gram): /

TERUG NAAR OVERZICHT

FRISDRANK GESUIKERD

Per flesje/glas (200 ml):



Energie (84 kcal):



Eiwitten (0 gram): /

SMOOTHIE (ENKEL OP BASIS VAN FRUIT)

Per groot glas (250 ml)



Energie (130 kcal):



Eiwitten (1,5 gram):



SOJADRINK NATUUR

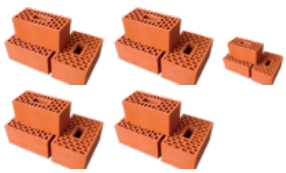
Per klein glas (150 ml)



Energie (59 kcal):



Eiwitten (4,5 gram):



TERUG NAAR OVERZICHT

HAVERDRINK NATUUR

Per klein glas (150 ml)



Energie (66 kcal):



Eiwitten (0,5 gram):



AMANDELDRINK NATUUR

Per klein glas (150 ml)



Energie (33 kcal):



Eiwitten (0,6 gram):



KARNEMELK (GESUIKERD)

Per klein glas (150 ml)



Energie (87 kcal):



Eiwitten (3,5 gram):



TERUG NAAR OVERZICHT

DRINKYOGHURT (VOL, GESUIKERD)

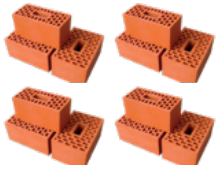
Per klein glas (150 ml)



Energie (102 kcal):



Eiwitten (4,2 gram):



LATTE MACCHIATO (ESPRESSO MET VOLLE MELK EN MELKSCHUIM)

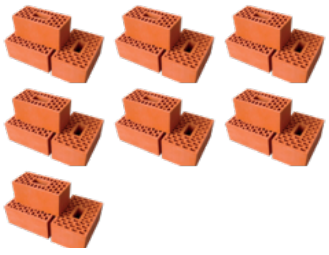
Per groot glas/beker (250 ml)



Energie (128 kcal):



Eiwitten (6,8 gram):



TERUG NAAR OVERZICHT

IJSKOFFIE (ICE CAPPUCCINO)

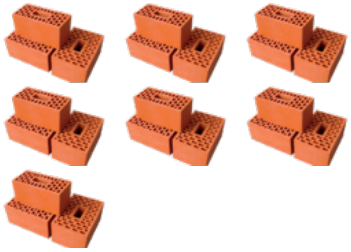
Per beker (230 ml)



Energie (47 kcal):



Eiwitten (6,9 gram):



VOLLE MELK

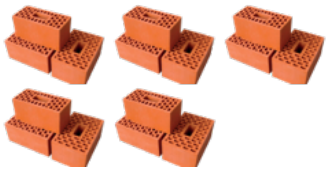
Per klein glas (150 ml)



Energie (98 kcal):



Eiwitten (5 gram):



VOLLE CHOCOLADEMELK

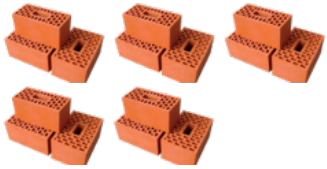
Per klein glas (150 ml)



Energie (131 kcal):



Eiwitten (5 gram):



MILKSHAKE (MET BANAAN, ROOMIJS EN VOLLE MELK, GEMIDDELD)

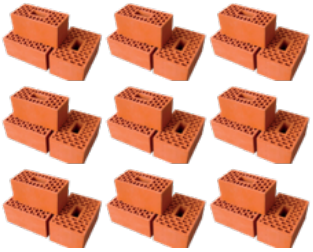
Per groot glas (250 ml)



Energie (423 kcal):



Eiwitten (9,2 gram):



TERUG NAAR OVERZICHT

BIJVOEDING (MELKBASIS, EIWITRIJKE VARIANT)

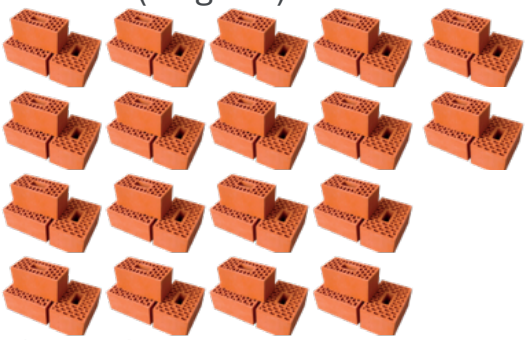
Per flesje (200 ml)



Energie (400 kcal):



Eiwitten (18 gram):



BIJVOEDING COMPACT (MELKBASIS, EIWITRIJKE VARIANT)

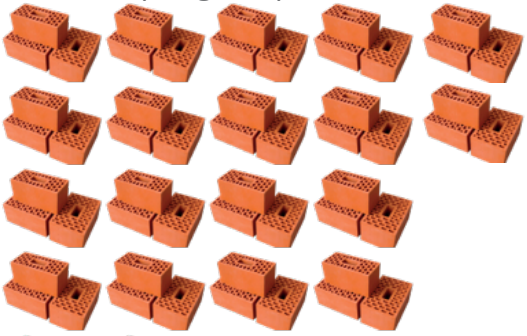
Per flesje (125 ml)



Energie (300 kcal):



Eiwitten (18 gram):



TERUG NAAR OVERZICHT

BIJVOEDING (FRUITSAPBASIS)

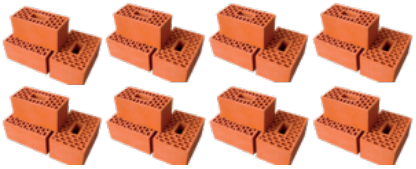
Per flesje (200 ml)



Energie (300 kcal):



Eiwitten (8 gram):



Bijvoeding (drinkvoeding) is van verschillende firma's verkrijgbaar (Nestlé, Nutricia, BS Nutrition, Fresenius).

Je kan bijvoeding bestellen bij de apotheek.

Indien bijvoeding voor u van toepassing is, dan zal u hierover nog verder geïnformeerd worden.

TOT SLOT

Niet elke drank zal u even goed smaken: varieer daarom en probeer verschillende dranken uit!

Indien u vragen heeft of graag meer weet over de samenstelling of gebruik van een drankje, kan u steeds terecht bij een van onze diëtisten. Zij helpen u graag verder!

Contactgegevens:

E-mail: oncodietiste@azmol.be
Tel: 014 71 28 43

TERUG NAAR OVERZICHT

Deze brochure werd ontwikkeld door, en is eigendom van het AZ Mol.
Elke reproductie of verspreiding zonder toestemming van de eigenaar is verboden.

Revisiedatum	Auteur	Kwalificaties auteur
juli 2026		Diëtisten

AZ MOL

Adres: Gasthuisstraat 1 - 2400 Mol
E-mail: info@azmol.be
Website: www.azmol.be
Algemeen nummer: 014 71 20 00
Afspraken: 014 71 20 53
Spoedgevallen: 014 71 23 92