

Variatielijst Jodiumbeperkt dieet

Productgroep	Toegestane merken of specifieke producten	Hoeveelheid	mcg Jodium
Versnaperingen	<p><b>Zoet:</b>  biscuitje, fruitbiscuitje, bokkenpootje, sprits, speculaasje, per stuk  pepermunt, stophoest, suikervrije kauwgom of zuurtjes, 5 stuks  winegum of schuimpjes, 5 stuks  harde roomsnoepjes, 5 stuks  pure chocolade, 1 blokje</p> <p><b>Hartig:</b>  Chips  Saucijzenbroodje  Stukje gekookte worst  Stukje salami  Stukje grill worst</p> <p><b>Niet toegestaan:</b>  Alle soorten drop  Snoepgoed met kleurstof E 127</p>	10 gram 25 gram  25 gram 25 gram 10 gram  50 gram 70 gram 25 gram 25 gram 25 gram	0,20 0,00  0,25 0,33 0,25  2,00 1,61 0,55 1,03 0,58
Zoet beleg	Jam, alle soorten, voor 1 snee Pindakaas, alle soorten, voor 1 snee Stroop, alle soorten voor 1 snee (Basterd)suiker, alle soorten, voor 1 snee Hagelslag, puur, voor 1 snee Vruchtenhagel, voor 1 snee	15 gram 15 gram 15 gram 15 gram 15 gram 15 gram	0,05 0,01 0,00 0,00 0,38 0,00
Soepen	Gebonden soep met vlees en groente, 1 kleine kop Heldere soep met vermicelli, vlees en groente, 1 kleine kop Heldere soep zonder vlees, met vermicelli en groente, 1 kleine kop Peulvruchtenmaaltijdsoep met vlees, 1 kleine kop Peulvruchtenmaaltijdsoep zonder vlees, 1 kleine kop	200 gram 200 gram 200 gram 200 gram 200 gram	2,80 2,60 1,60 2,60 1,20
Diversen	<p><b>Alcoholhoudende dranken:</b>  Witte wijn (droog of zoet) 1 klein glas</p> <p><b>Non alcoholische dranken:</b>  Limonadesiroop uit blik voor 1 glas  Sinaasappelsap</p> <p>Suiker, per klontje of schepje  Koffieroom, voor 1 kop koffie  Volle koffiemelk, voor 1 kop koffie  Koffiecreamer, voor 1 kop koffie</p> <p><b>Smaakmakers:</b>  Verse peterselie en basilicum  Tomatenpuree, 1 eetlepel  Sambal oelek, 1 theelepeltje  Mayonaise, 1 eetlepel  Knoflook, 1 teentje</p> <p><b>Niet toegestaan:</b>  Rode limonadesiroop met kleurstof E 127  Alle overige kruiden, specerijen en smaakmakers</p>	125 ml  35 ml 150 ml  5 gram 10 gram 10 gram 5 gram  10 gram 15 gram 5 gram 15 gram 5 gram	4,25  0,35 1,65  0,00 1,30 2,50 0,13  0,00 0,33 0,00 0,38 0,15