



# Voor elk moment een verse blend!

Verse sondevoeding gemakkelijk beschikbaar met newly blend



# Sondevoeding van kwalitatief hoogwaardige en verse ingrediënten

De sondevoeding van Newly Blend is gemaakt van kwalitatief hoogwaardige en verse ingrediënten. Alle ingrediënten worden gestoomd. We stomen omdat bij deze bereidingswijze de voedingsstoffen optimaal bewaard blijven.

## Een complete, uitgebalanceerde voeding

We hebben verschillende soorten groenten, fruit en kruiden gecombineerd met koolhydraatrijke producten zoals haver, volkoren macaroni en zilvervliesrijst. Daarnaast zijn al onze blends zoutarm, laag in verzadigde vetten en rijk aan eiwit door het gebruik van onder meer noten en zuivel. Elke blend bestaat uit minstens 10 verschillende verse ingrediënten die samen zorgen voor een complete, uitgebalanceerde voeding. Onze blends zijn geschikt als enige voedingsbron. Dat geldt voor elke blend in ons assortiment. Je hoeft dus niet alle verschillende varianten te combineren.

Ook wanneer je ervoor kiest om 1 van onze blends te gebruiken kun je hiermee voldoen aan je dagelijkse behoefte aan voedingsstoffen.



## Optimaal geconserveerd

Onze voeding wordt direct na bereiding ingevroren. Op deze manier worden alle voedingsstoffen optimaal geconserveerd. Onze voedingen worden bevroren geleverd. Invriezen is een natuurlijk conserveringsproces waarvoor geen aanvullende conserveringsmiddelen nodig zijn. Vitaminen en mineralen worden door invriezen 'opgesloten', terwijl vetten, eiwitten en koolhydraten niet worden aangetast. Daarom zijn diepvriesproducten net zo goed als verse voeding qua voedingswaarde.

De voeding is in de vriezer 18 maanden houdbaar. In de koelkast zijn de blends na ontdooiing 48 uur houdbaar. Na 24 uur (in de koelkast) is de voeding volledig ontdooid. Je kunt de bevroren voeding ook rechtstreeks vanuit de vriezer au bain marie ontdooien en opwarmen.

## Tips voor gebruik

- 1. Leg telkens voor twee dagen voeding uit de vriezer in de koelkast.** Dan heb je altijd ontdooide voeding tot je beschikking.
- 2. Voeding meenemen naar bijvoorbeeld school, dagbesteding of tijdens een dagje weg?** Doe de gewenste hoeveelheid (ontdooide) voeding in een thermobeker. Dan blijft de voeding goed op temperatuur en kun je het gemakkelijk meenemen.
- 3. Snel vanuit de diepvries ontdooien en opwarmen?** In een pannetje heet water is dat binnen 15 minuten geregeld!

Je vindt in deze folder meer informatie over onze blends en voorbeelden van hoe een dagmenu eruit zou kunnen zien. Dit is slechts een voorbeeld. Je kunt zelf je dagmenu samenstellen zoals je dat het liefste wilt. Alle blends kunnen gedurende elk moment van de dag worden gebruikt. Je kunt de voedingen van Newly Blend ook goed combineren met bijvoorbeeld blended diet of andere sondevoedingen.

## Heb je een vraag?

Mail naar [info@newlyblend.com](mailto:info@newlyblend.com)



## Sondevoeding

# Havermout & pompoen

vers uit de blender



Onze havermout & pompoen blend is een mooie mix van havermout met groente en fruit met een vleugje kaneel én pindakaas. Een blend vol energie die bovendien ook nog eens vegan is.

## Indicatie

Dieetvoeding bij ziektegerelateerde ondervoeding bij patiënten met verstoorde spijsvertering met verhoogd risico op malabsorptie. Op verse ingrediënten gebaseerde, voedingskundig complete, kant-en-klare, sondevoeding. Onbewerkte voeding, volwaardig in eiwit, vet en vezels.

## Ingrediënten

Ongezoete **amandelmelk** (water, **amandelen** (2,3%), calcium (tricalciumfosfaat), zeezout, stabilisatoren (johannesbroodpitmeel, gellangom), emulgator (lecithinen), vitamines B2, B12, D2, E), water, kikkererwten, **havermout** (15%), rozijnen, pompoen (4%), **pindakaas** (geroosterde **pinda's** (100%)) (3,5%), peer, zonnebloemolie, kaneel, maltodextrine, vitamine A, vitamine B6, vitamine C, foliumzuur, vitamine K, niacin, jodium, vitamine B2, vitamine B1, calcium, selenium, natrium, chloride, chroom, molybdeen, vitamine B12, pantotheenzuur

## Belangrijk

**Voor volwassenen en kinderen vanaf 3 jaar. Gebruik onder medisch toezicht. Geschikt om als enige voedselbron te dienen. Uitsluitend voor enteraal gebruik. Niet voor parenterale toediening. Aanbevolen dosering: conform voorschrift behandelend arts/diëtist voor gebruik.**

## Gebruiksaanwijzing

Geen geneesmiddelen toevoegen. Voeding in verpakking direct vanuit de vriezer in een pan (met deksel) met ruim kokend water (bijv. vanuit de waterkoker) in 15 minuten gebruiksklaar maken (niet op warmtebron zetten). Indien gewenst verdunnen met water. Voeding voor gebruik omgieten in beker en goed roeren. Bevroren ongeopend bewaren min. -18°C, ontdooien in de koelkast bij max. 7°C. Na openen binnen 48 uur consumeren. Toedienen op kamertemperatuur of op maximaal 35 °C. Restjes niet opnieuw gebruiken. Verpakking niet in magnetron plaatsen.

## Voorzorgsmaatregelen/ Contra Indicaties:

Niet geschikt bij een allergie of intolerantie voor en van de ingrediënten of bestanddelen.

## 250 ml Voedingswaarde

Gemiddelde per 100ml

Energie	520 KJ/ 124 kcal
Vet	4,8 gr
Verz. vetzuren	0,6 gr
Mono onverz. vetzuren	2,3 gr
Poly onverz. vetzuren	1,6 gr
Koolhydraten	14,2 gr
Suikers	4,2 gr
Glucose	2,02 gr
Fructose	2,2 gr
Sacharose	<0,1 gr
Lactose	<0,1 gr
Eiwit	4,5 gr
Vezel	3,3 gr
Zout	0,06 gr

## Micronutrienten

Per 100ml

Vit. A - (µg)	50,00
Vit. B6 (mg)	0,23
Vit. C (mg)	10,00
Vit. D (µg)	1,80
Vit. E (mg)	1,98
Foliumzuur (µg)	16,00
Vit. K (µg)	10,00
Niacin (mg)	1,60
Vit. B2 (Riboflavine) (mg)	0,23
Vit. B1 (Thiamine) (mg)	0,23
Calcium (mg)	80,00
Koper (mg)	0,15
Jodium (µg)	12,00
Ijzer (mg)	1,70
Magnesium (mg)	30,00
Mangaan (mg)	0,50
Fosfor (mg)	97,00
Kalium (mg)	180,00
Selenium (µg)	4,50
Natrium (mg)	100,00
Chloride (mg)	68,00
Zink (mg)	0,74
Chroom (µg)	5,50
Molybdeen (µg)	5,20
Fluoride (mg)	<0,2
Vitamine B12 (µg)	0,17
Pantotheenzuur (mg)	0,49
Biotine (µg)	1,25

Sondevoeding

# Pasta & groente

vers uit de blender



Een rijk gevulde Italiaanse pasta met onder meer volkoren macaroni, courgette, tomaat, peterselie en basilicum. Buon appetito



## Indicatie

Dieetvoeding bij ziektegerelateerde ondervoeding bij patiënten met verstoorde spijsvertering met verhoogd risico op malabsorptie. Op verse ingrediënten gebaseerde, voedingskundig complete, kant-en-klare, sondevoeding. Onbewerkte voeding, volwaardig in eiwit, vet en vezels.

## Ingrediënten

Volle melk lactosevrij, **macaroni volkoren (100% volkoren durum tarwegries)** (10%), water, rozijnen (12%), **amandel**, tomaat (6%), courgette, olijfolie, tofu (water, **sojabonen**, stabilisator E516), basilicum, peterselie, maltodextrine, vitamine A, vitamine B6, vitamine C, vitamine D, foliumzuur, vitamine K, niacin, vitamine B2, vitamine B1, selenium, natrium, chloride, zink, chroom, jodium, molybdeen, vitamine B12

## Belangrijk

Voor volwassenen en kinderen vanaf 3 jaar. Gebruik onder medisch toezicht. Geschikt om als enige voedselbron te dienen. Uitsluitend voor enteraal gebruik. Niet voor parenterale toediening. Aanbevolen dosering: conform voorschrift behandelend arts/diëtist voor gebruik.

## Gebruiksaanwijzing

Geen geneesmiddelen toevoegen. Voeding in verpakking direct vanuit de vriezer in een pan (met deksel) met ruim kokend water (bijv. vanuit de waterkoker) in 15 minuten gebruiksklaar maken (niet op warmtebron zetten) of eerst laten ontdooien in de koelkast (duurt 24 uur) en vervolgens in heet water in 5 minuten opwarmen. Indien gewenst verdunnen met water. Voeding voor gebruik omgieten in beker en goed roeren. Bevroren ongeopend bewaren min. -18°C, ontdooien in de koelkast bij max. 7°C. Na openen binnen 48 uur consumeren. Toedienen op kamertemperatuur of op maximaal 35 °C. Restjes niet opnieuw gebruiken. Verpakking niet in magnetron plaatsen.

## Voorzorgsmaatregelen/ Contra Indicaties:

Niet geschikt bij een allergie of intolerantie voor en van de ingrediënten of bestanddelen.

## 250 ml

## Voedingswaarde

Gemiddelde per 100ml

Energie	472 KJ/ 113 kcal
Vet	4,7 gr
Verz. vetzuren	0,9 gr
Mono onverz. vetzuren	3 gr
Poly onverz. vetzuren	0,6 gr
Koolhydraten	13,5 gr
Suikers	10 gr
Glucose	4,8 gr
Fructose	4,4 gr
Sacharose	<0,1 gr
Lactose	<0,1 gr
Eiwit	3,1 gr
Vezel	2,1 gr
Zout	0,04 gr

## Micronutrienten

Per 100ml

Vit. A (µg)	50,00
Vit. B6 (mg)	0,20
Vit. C (mg)	10,00
Vit. D (µg)	1,50
Vit. E (mg)	1,27
Foliumzuur (µg)	16,00
Vit. K (µg)	10,00
Niacin (mg)	1,50
Vit. B2 (Riboflavine) (mg)	0,23
Vit. B1 (Thiamine) (mg)	0,23
Calcium (mg)	75,00
Koper (mg)	0,11
Jodium (µg)	12,00
Ijzer (mg)	1,10
Magnesium (mg)	22,00
Mangaan (mg)	0,28
Fosfor (mg)	83,00
Kalium (mg)	230,00
Selenium (µg)	4,00
Natrium (mg)	90,00
Chloride (mg)	60,00
Zink (mg)	0,70
Chroom (µg)	5,00
Molybdeen (µg)	5,00
Fluoride (mg)	<0,2
Vitamine B12 (µg)	0,25
Pantotheenzuur (mg)	0,18
Biotine (µg)	1,65

Sondevoeding

# Rijst & kip

vers uit de blender



Een veelzijdige maaltijd met zilvervliesrijst, kip, fruit, groenten én een vleugje kurkuma. Een gevarieerde en krachtige blend!

## Indicatie

Dieetvoeding bij ziektegerelateerde ondervoeding bij patiënten met verstoorde spijsvertering met verhoogd risico op malabsorptie. Op verse ingrediënten gebaseerde, voedingskundig complete, kant-en-klare, sondevoeding. Onbewerkte voeding, volwaardig in eiwit, vet en vezels.

## Ingrediënten

Ongezoete amandelmelk (water, amandelen (2,3%), calcium (tricalciumfosfaat), zeezout, stabilisatoren (johannesbroodpitmeel, gellangom), emulgator (lecithinen), vitaminen B2, B12, D2, E), water, zilvervliesrijst (8%), kikkererwt (6%), rozijnen (6%), kipfilet (4%), zonnebloemolie, broccoli, banaan, appel, kurkuma, maltodextrine, vitamine A, vitamine B6, vitamine C, vitamine D, foliumzuur, vitamine K, niacin, jodium, vitamine B2, vitamine B1, calcium, koper, ijzer, selenium, chloride, zink, chroom, molybdeen, biotine, pantotheenzuur

## Belangrijk

Voor volwassenen en kinderen vanaf 3 jaar. Gebruik onder medisch toezicht. Geschikt om als enige voedselbron te dienen. Uitsluitend voor enteraal gebruik. Niet voor parenterale toediening. Aanbevolen dosering: conform voorschrift behandelend arts/diëtist voor gebruik.

## Gebruiksaanwijzing

Geen geneesmiddelen toevoegen. Voeding in verpakking direct vanuit de vriezer in een pan (met deksel) met ruim kokend water (bijv. vanuit de waterkoker) in 15 minuten gebruiksklaar maken (niet op warmtebron zetten) of eerst laten ontdooien in de koelkast (duurt 24 uur) en vervolgens in heet water in 5 minuten opwarmen. Indien gewenst verdunnen met water. Voeding voor gebruik omgieten in beker en goed roeren. Bevroren ongeopend bewaren min. -18°C, ontdooien in de koelkast bij max. 7°C. Na openen binnen 48 uur consumeren. Toedienen op kamertemperatuur of op maximaal 35 °C. Restjes niet opnieuw gebruiken. Verpakking niet in magnetron plaatsen.

## Voorzorgsmaatregelen/ Contra Indicaties:

Niet geschikt bij een allergie of intolerantie voor en van de ingrediënten of bestanddelen

## 250 ml

## Voedingswaarde

Gemiddelde per 100ml

Energie	360 KJ/ 86 kcal
Vet	3,9 gr
Verz. vetzuren	0,4 gr
Mono onverz. vetzuren	1,4 gr
Poly onverz. vetzuren	1,9 gr
Koolhydraten	10 gr
Suikers	4,1 gr
Glucose	2 gr
Fructose	2,1 gr
Sacharose	<0,1 gr
Lactose	<0,1 gr
Eiwit	2,6 gr
Vezel	1,1 gr
Zout	0,1 gr

## Micronutriënten

Per 100ml

Vit. A (µg)	50,00
Vit. B6 (mg)	0,23
Vit. C (mg)	10,00
Vit. D (µg)	1,80
Vit. E (mg)	2,23
Foliumzuur (µg)	16,00
Vit. K (µg)	10,00
Niacin (mg)	1,60
Vit. B2 (Riboflavine) (mg)	0,23
Vit. B1 (Thiamine) (mg)	0,23
Calcium (mg)	85,00
Koper (mg)	0,10
Jodium (µg)	12,00
Ijzer (mg)	1,10
Magnesium (mg)	12,00
Mangaan (mg)	0,13
Fosfor (mg)	32,00
Kalium (mg)	120,00
Selenium (µg)	4,50
Natrium (mg)	41,00
Chloride (mg)	68,00
Zink (mg)	0,70
Chroom (µg)	5,50
Molybdeen (µg)	5,20
Fluoride (mg)	<0,2
Vitamine B12 (µg)	0,25
Pantotheenzuur (mg)	0,49
Biotine (µg)	1,49

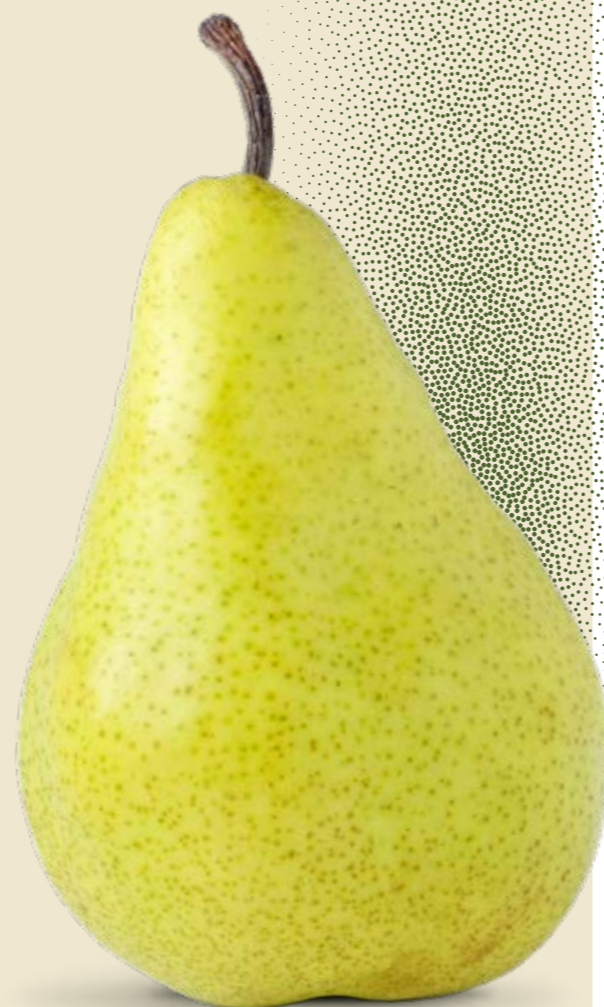
## Sondevoeding

# Fruit, noten & gember

vers uit de blender



Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!



## Indicatie

Dieetvoeding bij ziektegerelateerde ondervoeding bij patiënten met verstoorde spijsvertering met verhoogd risico op malabsorptie. Op verse ingrediënten gebaseerde, voedingskundig complete, kant-en-klare, sondevoeding. Onbewerkte voeding, volwaardig in eiwit, vet en vezels.

## Ingrediënten

Water, volle melk lactosevrij, aardappel (18%), rozijnen (8.5%), peer (7.5%), kikkererwt, olijfolie, appel, doperwt, **amandel** (3,5%), tomaat, gemberwortel (1,2%), maltodextrine, vitamine A, vitamine B6, vitamine C, vitamine D, foliumzuur, vitamine K, niacin, vitamine B2, vitamine B1, calcium, selenium, natrium, chloride, zink, chroom, molybdeen, vitamine B12, pantotheenzuur, jodium

## Belangrijk

Voor volwassenen en kinderen vanaf 3 jaar. Gebruik onder medisch toezicht. Geschikt om als enige voedselbron te dienen. Uitsluitend voor enteraal gebruik. Niet voor parenterale toediening. Aanbevolen dosering: conform voorschrift behandelend arts/diëtist voor gebruik.

## Gebruiksaanwijzing

Geen geneesmiddelen toevoegen. Voeding in verpakking direct vanuit de vriezer in een pan (met deksel) met ruim kokend water (bijv. vanuit de waterkoker) in 15 minuten gebruiksklaar maken (niet op warmtebron zetten). Indien gewenst verdunnen met water. Voeding voor gebruik omgieten in beker en goed roeren. Bevroren ongeopend bewaren min. -18°C, ontdooien in de koelkast bij max. 7°C. Na openen binnen 48 uur consumeren. Toedienen op kamertemperatuur of op maximaal 35 °C. Restjes niet opnieuw gebruiken. Verpakking niet in magnetron plaatsen.

## Voorzorgsmaatregelen/ Contra Indicaties:

Niet geschikt bij een allergie of intolerantie voor en van de ingrediënten of bestanddelen.

## 250 ml

## Voedingswaarde

Gemiddelde per 100ml

Energie	517 KJ/ 124 kcal
Vet	7 gr
Verz. vetzuren	1,1 gr
Mono onverz. vetzuren	4,7 gr
Poly onverz. vetzuren	0,8 gr
Koolhydraten	11,3 gr
Suikers	7,7 gr
Glucose	3,5 gr
Fructose	3,8 gr
Sacharose	<0,1 gr
Lactose	<0,1 gr
Eiwit	2,9 gr
Vezel	2,5 gr
Zout	0,04 gr

## Micronutriënten

Per 100ml

Vit. A (µg)	50,00
Vit. B6 (mg)	0,24
Vit. C (mg)	10,00
Vit. D (µg)	1,80
Vit. E (mg)	1,90
Foliumzuur (µg)	16,00
Vit. K (µg)	5,00
Niacin (mg)	1,60
Vit. B2 (Riboflavine) (mg)	0,24
Vit. B1 (Thiamine) (mg)	0,23
Calcium (mg)	80,00
Koper (mg)	0,11
Jodium (µg)	12,00
Ijzer (mg)	1,10
Magnesium (mg)	22,00
Mangaan (mg)	0,27
Fosfor (mg)	68,00
Kalium (mg)	230,00
Selenium (µg)	4,50
Natrium (mg)	100,00
Chloride (mg)	68,00
Zink (mg)	0,80
Chroom (µg)	5,50
Molybdeen µg	5,20
Fluoride (mg)	<0,2
Vitamine B12 (µg)	0,25
Pantotheenzuur (mg)	0,49
Biotine (µg)	1,20

# Dagmenu voorbeeld

## Kinderen van 3 tot 4 jaar



### Ontbijt (07.00-08.00 uur)

Een mooie mix van havermout met groenten en fruit met een vleugje kaneel én pindakaas. Een blend vol energie die bovendien ook nog eens vegan is.

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	12/2	36	11	8



### Tussendoortje (10.00 - 11.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	17/3	28	7	6



### Lunch (12.30 - 13.00 uur)

Een pasta met onder meer volkoren macaroni, courgette en tomaat. Buon appetito!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
282	12/2	34	8	5



### Diner (17.00 - 18.00 uur)

Een veelzijdige maaltijd met zilvervliesrijst, kip, fruit, groenten én een vleugje kurkuma. Een gevarieerde en krachtige blend!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
215	10/1	25	7	3

### Totaal

1117	51/8	123	33	22
------	------	-----	----	----

### Procentuele verhouding nutriënten per dag

	22%	54%	14%	10%
--	-----	-----	-----	-----

## Kinderen van 4 tot 8 jaar



### Ontbijt (07.00-08.00 uur)

Een mooie mix van havermout met groenten en fruit met een vleugje kaneel én pindakaas. Een blend vol energie die bovendien ook nog eens vegan is.

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	12/2	36	11	8



### Tussendoortje (10.00 - 11.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	17/3	28	7	6



### Lunch (12.30 - 13.00 uur)

Een pasta met onder meer volkoren macaroni, courgette en tomaat. Buon appetito!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
282	12/2	34	8	5



### Tussendoortje (15.00 - 16.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	17/3	28	7	6



### Diner (17.00 - 18.00 uur)

Een veelzijdige maaltijd met zilvervliesrijst, kip, fruit, groenten én een vleugje kurkuma. Een gevarieerde en krachtige blend!

Hoeveelheid: Hoeveelheid: 500 ml - 2 verpakkingen, eventueel verdeeld over twee porties

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
430	20/2	50	14	6

### Totaal

1642	78/12	176	47	31
------	-------	-----	----	----

### Procentuele verhouding nutriënten per dag

	23%	53%	14%	9%
--	-----	-----	-----	----

## Kinderen van 9 tot 13 jaar



### Ontbijt (07.00-08.00 uur)

Een mooie mix van havermout met groenten en fruit met een vleugje kaneel én pindakaas. Een blend vol energie die bovendien ook nog eens vegan is.

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
620	24/4	72	22	16



### Tussendoortje (10.00 - 11.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	17/3	28	7	6



### Lunch (12.30 - 13.00 uur)

Een pasta met onder meer volkoren macaroni, courgette en tomaat. Buon appetito!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
564	24/4	68	16	10



### Tussendoortje (15.00 - 16.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	17/3	28	7	6



### Diner (17.00 - 18.00 uur)

Een veelzijdige maaltijd met zilvervliesrijst, kip, fruit, groenten én een vleugje kurkuma. Een gevarieerde en krachtige blend!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
430	20/2	50	14	6

### Totaal

2234	102/16	246	66	44
------	--------	-----	----	----

### Procentuele verhouding nutriënten per dag

	22%	54%	14%	10%
--	-----	-----	-----	-----





## Kinderen van 14 tot 18 jaar



### Ontbijt (07.00-08.00 uur)

Een mooie mix van havermout met groenten en fruit met een vleugje kaneel én pindakaas. Een blend vol energie die bovendien ook nog eens vegan is.

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
620	24/4	72	22	16



### Tussendoortje (10.00 - 11.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	17/3	28	7	6



### Lunch (12.30 - 13.00 uur)

Een pasta met onder meer volkoren macaroni, courgette en tomaat. Buon appetito!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
564	24/4	68	16	10



### Tussendoortje (15.00 - 16.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
620	34/6	56	14	12



### Diner (17.00 - 18.00 uur)

Een veelzijdige maaltijd met zilvervliesrijst, kip, fruit, groenten én een vleugje kurkuma. Een gevarieerde en krachtige blend!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
430	20/2	50	14	6

### Totaal

2544	119/19	274	73	50
------	--------	-----	----	----

### Procentuele verhouding nutriënten per dag

	23%	53%	14%	10%
--	-----	-----	-----	-----



## Vrouwen vanaf 19 jaar



### Ontbijt (07.00-08.00 uur)

Een mooie mix van havermout met groenten en fruit met een vleugje kaneel én pindakaas. Een blend vol energie die bovendien ook nog eens vegan is.

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
620	24/4	72	22	16



### Tussendoortje (10.00 - 11.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	17/3	28	7	6



### Lunch (12.30 - 13.00 uur)

Een pasta met onder meer volkoren macaroni, courgette en tomaat. Buon appetito!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
564	24/4	68	16	10



### Tussendoortje (15.00 - 16.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 250 ml

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
310	17/3	28	7	6



### Diner (17.00 - 18.00 uur)

Een veelzijdige maaltijd met zilvervliesrijst, kip, fruit, groenten én een vleugje kurkuma. Een gevarieerde en krachtige blend!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
430	20/2	50	14	6

### Totaal

2234	102/16	246	66	44
------	--------	-----	----	----

### Procentuele verhouding nutriënten per dag

	22%	54%	14%	10%
--	-----	-----	-----	-----

## Mannen vanaf 19 jaar



### Ontbijt (07.00-08.00 uur)

Een mooie mix van havermout met groenten en fruit met een vleugje kaneel én pindakaas. Een blend vol energie die bovendien ook nog eens vegan is.

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
620	24/4	72	22	16



### Tussendoortje (10.00 - 11.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
620	34/6	56	14	12



### Lunch (12.30 - 13.00 uur)

Een pasta met onder meer volkoren macaroni, courgette en tomaat. Buon appetito!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
564	24/4	68	16	10



### Tussendoortje (15.00 - 16.00 uur)

Onze blend met aardappels, groenten, fruit, noten en gember geeft je alles wat je nodig hebt om weer helemaal op te laden!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
620	34/6	56	14	12



### Diner (17.00 - 18.00 uur)

Een veelzijdige maaltijd met zilvervliesrijst, kip, fruit, groenten én een vleugje kurkuma. Een gevarieerde en krachtige blend!

Hoeveelheid: 500 ml - twee verpakkingen

Kcal	Vet/verzadigd	Koolhydraten	Eiwit	Vezels
430	20/2	50	14	6

### Totaal

2854	136/22	302	80	56
------	--------	-----	----	----

### Procentuele verhouding nutriënten per dag

	24%	53%	14%	10%
--	-----	-----	-----	-----



sondevoeding op  
natuurlijke basis

[www.newlyblend.com](http://www.newlyblend.com)

Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Newly Blend.