



Je zelfgemaakte eenvoudig te bereiden Superhero "COOLE" Lunch

Benodigheden voor 1 voeding

Ingrediënten:

- 1/2 flesje Compleat® Paediatric sondevoeding (250 ml)
- 1 kopje boerenkool, fijngenhakt en vers
- 1/2 kopje bosbessen, vers
- 1/3 kop gerst, gekookt
- 1/4 kopje peterselie, vers, fijngenhakt (optioneel)



Bereiding: 1 portie	Recept Voedingswaarde*
Calorieën (kcal)	440
Eiwitten (g)	14
Vetten (g)	14
Totaal Koolhydraten (g)	67
Suikers (g)	11
Vezels (g)	8
Natrium (mg)	180
Kalium (mg)	890

*wanneer bereid zoals voorgeschreven

GEBRUIK ONDER MEDISCHE SUPERVISIE: Raadpleeg uw arts, diëtist of een allergieverpleegkundige om te bepalen of het recept of de ingrediënten ervan geschikt zijn en door uw kind kunnen worden verdragen. De voedingswaarden zijn bij benadering en variëren afhankelijk van de aard, het merk en de gebruikte hoeveelheden.