

8. Voedingsbalans :

Dossierr. :

VOEDSEL APPRECIATIE

Evaluatie van de eet- en drinkgewoontes van de behandelde persoon

Wat drinkt U ? Welke hoeveelheid en frequentie ?

- water :
 - minder dan 1/2 l/d, 1/2 tot 1 l/d, 1 tot 2 l/d, meer, hoeveel ? : l/d
- wijn :
 - niets, 2 tot 3 glazen/d, 4 tot 7 glazen/d, meer, hoeveel ? : glazen/d
- bier of cider :
 - niets, 1 blik/d, meer, hoeveel ? : l/d
- aperitieven :
 - niets, 1/dag, 1/week, meer, hoeveel ? : maal/week
- fruitsap zonder extra suiker :
 - niets, 1 glas/j, 2 tot 3 glazen/d, meer, hoeveel ? : glazen/d
- gesuikerde dranken (fruitsap, siroop, soda, ...)
 - niets, 1 glas/j, 2 tot 3 glazen/d, meer, hoeveel ? : glazen/d
- andere dranken (aftreksel, thee, koffie, ...)
 - niets, 1 tas/d, 2 tot 3 tassen/d, meer, hoeveel ? : tas/d
- hoeveel suikerklontjes voegt U bij per tas ?
 - geen, 1 klontje/tas, 2 klontjes per tas, meer, hoeveel ? : klontjes/tas
- voegt U er melk bij ?
 - afgeroomde, half afgeroomde, volle, hoeveel ? : ml/tas
- drinkt U melk ?
 - afgeroomde, half afgeroomde, volle
 - niets, 1 glas/d, 2 tot 3 glazen/d, meer, hoeveel ? : glazen/d

Wat eet U ? Hoeveelheden en frequentie ?

- rauwkost (rauwe groenten)
 - bij elke maaltijd, 1 keer per dag, 1 maal/week - geliefde rauwkost :
- bereide groenten
 - bij elke maaltijd, 1 keer per dag, 1 maal/week - geliefde bereide groenten :
 -
- vlees
 - bij elke maaltijd, 1 keer per dag, minder, nooit, hoeveel ? keer/week - geliefde vleessoorten :

- voorafbereide producten zoals « nugget's », cordon bleu, ...
 - alle dagen, 4 maal/week, 2 maal/week, minder : keer /week
- vis :
 - nooit, 1 maal/week, meer, hoeveel ? : keer /week - geliefde vissoorten :
- eieren :
 - nooit, 1 maal/week, meer, hoeveel ? : keer /week
- charcuterie (hesp, varkenspastei, paté, ...)
 - bij elke maaltijd, 1 maal/dag, 2 tot 4 maal/week, meer, hoeveel ? : keer /week
- voorgerechten of basis van bladerdeeg of kruimeldeeg ?
 - bij elke maaltijd, 1 maal/dag, 2 tot 4 maal/week, meer, hoeveel ? : keer /week
- kazen (bv. type : 1 camembert = 8 porties)
 - 2 porties/maaltijd, 1 portie/maaltijd, 1 portie/dag, minder, hoeveel ? : keer /week
- zetmeelhoudende producten (rijst, pasta, aardappel)
 - nooit, bij elke maaltijd, 1 maal/dag, 2 tot 3 maal/week, hoeveel ? : keer /week
- peulvruchten (linzen, witte bonen, kikkererwten, ...)
 - nooit, 1 maal/week, 1 tot 2 maal per maand, 2 tot 3 maal/jaar, hoeveel ? : keer/maand
- vers fruit
 - nooit, bij elke maaltijd, 1 maal/dag, hoeveel ? : keer /week – geliefd fruit :
.....
- bereid fruit
 - nooit, bij elke maaltijd, 1 maal/dag, hoeveel ? : keer /week – geliefd bereid fruit :
.....
- in olie gebakken (frietten, chips, beignets, ...)
 - nooit, 1maal/week, 2 tot 4 maal/week, meer, hoeveel ? : keer /week
- melk- of afgeleiden (yoghurt, witte kaas) of een glas melk ?
 - nooit, 1 maal/dag, 3 maal/dag, hoeveel ? : keren /dag
- gesuikerde nagerechten (gebak, ijs, tussengerecht) ?
 - nooit, 1 maal/week, 2 maal/week, meer, hoeveel ? : keer /week
- koeken, croissants ?
 - nooit, 1 maal/week, 2 tot 4 maal/week, meer, hoeveel ? : keer /week
- gesuikerde producten (snoepgoed, chocolade, ...) ?
 - nooit, 1 maal/week, 2 maal/week, 1 maal/dag, meer, hoeveel ? :keer /dag
- brood/dag ? (1 stokbrood = 200 g = 3 sneden brood) ?
 - minder dan 100 g, 100 tot 200 g, meer, hoeveel ? : keer /dag
- "light" producten ? JA NEEN
 - indien ja : met minder suiker of minder vet
- de meest gebruikte bereidingswijze of op smaak brengen van :
 - VLEES : gebruikt U vetstoffen ? JA NEEN
 - welk type : boter, crème, margarine, olie

- GROENTEN : gebruikt U vetstoffen ? JA NEEN
 - welk type : boter, crème, margarine, olie
- SALADES :
 - 1 soeplepel olie/persoon, meer, hoeveel ?..... /persoon
- schat de gebruikte hoeveelheid van :
 - boter : g per dag ; g per week ; g per maand
 - olie : g per dag ; g per week ; g per maand
 - margarine : g per dag ; g per week ; g per maand
 - crème : g per dag ; g per week ; g per maand
- zijn er voedingsmiddelen die U niet verdraagt, of die U niet moet (moogt) eten ?
 - indien ja : welke :
.....