Behandeling

Energieverrijkte voeding bij kinderen

Als uw kind door ziekte of behandeling moeite heeft met eten, krijgt het mogelijk te weinig voedingsstoffen binnen.

U kunt de maaltijden dan aanpassen zodat de voeding meer energie en voedingsstoffen bevat.

(073) 553 20 19
Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Voedingsadviezen bij een energieverrijkte voeding

Wat kunt u doen als uw kind een verminderde eetlust heeft?

- Pas de grootte van de maaltijd aan de eetlust van uw kind aan. Door een groot bord vol met eten verdwijnt de eetlust van uw kind.
- Als uw kind vaker iets eet, bijvoorbeeld om de 2 uur, lukt het meestal beter om voldoende energie binnen te krijgen.
- Voldoende drinken is erg belangrijk. Als uw kind te weinig drinkt, kan het meer last hebben van misselijkheid of een ziek gevoel.
- Probeer uw kind in ieder geval 1 tot 1.5 liter te laten drinken. Dat is 10 tot 12 kopjes.

Wat geeft u uw kind bij de maaltijden?

Broodmaaltijden

- Gebruik extra margarine of roomboter. Op geroosterd brood of een tosti smeert u gemakkelijker extra boter dan op gewoon brood.
- Gebruik als beleg de wat vettere vleessoorten, zoals worst, paté, enzovoort en volvette kaassoorten.
- Gebruik meer beleg.
- Als afwisseling kan uw kind een saucijzenbroodje of worstenbroodje eten.
- Als vervanging van brood kunt u ook denken aan vla, pap, volle yoghurt met muesli, en volle melk met cornflakes. Hier kunt u suiker en slagroom bij doen.
- U kunt de slagroom beter niet kloppen want daarmee brengt u lucht in de slagroom. Dit geeft een onnodig vol gevoel bij uw kind.
- Gebruik bij voorkeur volle melkproducten.
- Als uw kind melk niet lekker vindt, probeer dan eens chocolade-, anijs-, of vruchtenmelk of een drinkyoghurt.

Warme maaltijd

- In soep zitten vrij weinig calorieën. Toch is na een bord soep de eetlust vaak over. Geef uw kind daarom liever geen soep vlak voor de maaltijd.
- Geef aardappelen in de vorm van puree. Daar doet u room, extra boter of margarine bij. U kunt aardappels ook bakken of frituren.
- Geef de groente liever in gekookte vorm. U kunt er een sausje bijdoen met boter of room. Rauwkost geeft snel een vol gevoel.
- Gebruik liever de wat vettere vlees of vis soorten, dit mag gepaneerd zijn, zoals vissticks. U kunt ook ragout geven waaraan u extra boter of room kunt toevoegen.
- Vind uw kind warm vlees niet lekker? Probeer dan eens koude vleeswaren bij de warme maaltijd. U kunt rosbief, rollade, casselerib of ham, of vlees in koude salade doen als vervanging van de warme maaltijd.

Nagerecht

- (Slagroom-)vla, pudding en pap, vruchten met slagroom.
- Roomtoetjes of toetjes op basis van volle kwark of yoghurt.

Tussendoortjes

- Plakje cake met slagroom.
- Ontbijtkoek, bijvoorbeeld Kapitein koek, Happers, Snelle Jelle, Bammetje. U kunt dit besmeren met margarine of roomboter.
- Een cracker of rijstwafel, besmeerd met margarine of roomboter en extra belegd.
- Een (room)ijsje, milkshake, vlaflip, smoothie.
- Danoontje.
- (Kant en klaar) roomtoetje of roomkwark.
- Plakje kaas of worst, zoals bifiworstje, kabanossi, rolletje grillworst of boterhamworst of plakje leverworst).
- Liga milk break.
- Cheez dipper.
- (Mini) saucijzenbroodje.

Welke dieetproducten zijn er?

- Fantomalt (voedingssuiker) heeft een licht zoete smaak. U kunt er 2 tot 3 keer zoveel van gebruiken in vergelijking met gewone suiker. U kunt het in thee, melk en melkproducten, vruchtensap, vruchtenmoes, vla, pap, milkshakes doen enzovoort. Gebruik ongeveer 2 tot 3 maatschepjes per drankje. Per dag 10 maatschepjes (50g), levert zo'n 180 kcal extra. Een blik Fantomalt (400gram) kunt u zonder recept kopen bij apotheker of drogist.
- Er zijn verschillende kant en klare drinkvoedingen op de markt. Deze kunt u voor uw kind gebruiken als een volledige en/of aanvullende drinkvoeding. De diëtist kan u informatie geven hoe u de drinkvoeding moet gebruiken.

Merknamen

In deze informatie staan sommige voedingsmiddelen met merknaam genoemd. Dit is alleen om de herkenbaarheid te vergroten, u mag natuurlijk ook soortgelijke producten van andere merken gebruiken.

Vragen

Heeft u nog vragen?

Neemt u dan contact op met het secretariaat van de afdeling Diëtetiek, telefoonnummer (073) 553 20 19. Zij kunnen zo nodig een afspraak met u maken voor een gesprek met de diëtist.

Praktische tips

MijnJBZ voor kinderen

Kinderen onder de 12 jaar en hun ouders kunnen niet inloggen in het dossier van het kind in MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wie-kan-mijnjbz-gebruiken). Wilt u informatie in het dossier inzien? Dan kunt u mogelijk een machtiging voor uw kind aanvragen. Kijk voor de actuele informatie op www.mijnjbz.nl/machtiging (https://www.mijnjbz.nl/machtiging).

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

Betrokken afdelingen

Diëtetiek (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/dietetiek)

Kindergeneeskunde (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/kindergeneeskunde)

Code DIE-042

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis