



Goede zorg proef je

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord

Goede Zorg Proef Je Workshop: een gezonde eiwittransitie

MPZ milieu platform zorg – Inspiratiedag
10-04-2025



Agenda

- Introductie (5 min)
- Interactief gedeelte (20 min)
 - Concrete ideeën om op een gezonde naar meer plantaardige eiwitten te verschuiven
 - Uitdagingen en struikelblokken
- Afsluiting (5 min)



Goede zorg
proef je

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord



Goede zorg proef je

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord



Nationaal
Preventie
Akkoord

In 2025 is voor patiënten, personeel en bezoekers in 50% van de ziekenhuizen het voedingsaanbod gezond. Uiterlijk in 2030 is het voedingsaanbod in alle ziekenhuizen gezond. Daarnaast wordt ingezet op een gezonder voedingsaanbod in andere typen zorginstellingen.



Voor het voedingsaanbod voor personeel en bezoekers streven zorgaanbieders naar een 40/60-verhouding van dierlijke/plantaardige eiwitten uiterlijk in 2030. Voor de verhouding dierlijk/plantaardige eiwitten van het voedingsaanbod voor cliënten/patiënten, spannen zorgaanbieders zich in om datgene te doen wat medisch verantwoord mogelijk is.

Kaders van gezond en duurzaam



Milieu impact voeding



Goede zorg
proef je

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord

Meer plantaardig bij kwetsbare groepen?

Kwetsbare groepen:

- (Risico op) ondervoeding
- Hogere energie- en eiwitbehoefte
- Lagere eetlust
- Meestal ouder: ander eetpatroon



Plantaardige voeding:

- Lagere eiwitdichtheid
- Lagere eiwitkwaliteit
 - Verteerbaarheid
 - Aminozuurprofiel



Verschuiving Gezond 2025 ziekenhuizen - duurzaam



Voedingsvisie – duurzaam

Beginmeting Q4 2024

- Patiënten
- Bezoekers
- Medewerkers



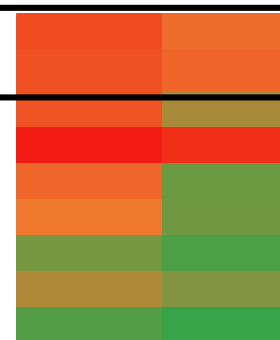
Patiënten

- Monitoren en reduceren afval en voedselverspilling
- Vegetarische en/of plantaardige menu-opties



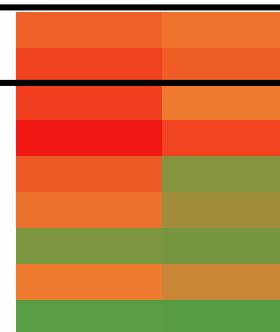
Bezoekers

- Minimaal **50%** plantaardige eiwitten
- Idealiter **≥60%** plantaardige eiwitten
- Promoten gezondere, vegetarische en/of plantaardige keuzes
- Vegetarische opties hebben lagere prijs
- Vegetarische/plantaardige opties duidelijk herkenbaar op menukaart
- Monitoren en reduceren afval en voedselverspilling
- Rekening houden met topkeurmerken
- Plantaardige melk beschikbaar
- Klimaatvriendelijk en seizoens- groente en fruit



Medewerkers

- Minimaal **50%** plantaardige eiwitten
- Idealiter **≥60%** plantaardige eiwitten
- Promoten van gezondere, vegetarische en/of plantaardige keuzes
- Vegetarische opties hebben lagere prijs
- Vegetarische/plantaardige opties duidelijk herkenbaar op menukaart
- Monitoren en reduceren afval en voedselverspilling
- Rekening houden met topkeurmerken
- Plantaardige melk beschikbaar
- Klimaatvriendelijk en seizoens- groente en fruit



**Goede zorg
proef je**

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord

Eiweet monitor

- Inzicht in percentage dierlijk/plantaardige eiwitten in inkoop
- Ps in Foodservice heeft methode toegepast op hun data
- Leveranciers kunnen met deze data aan de slag



Samen aan de slag

- **Concrete ideeën om op een gezonde manier naar meer plantaardige eiwitten te verschuiven**
 - Wordt dit al gedaan bij jullie in de organisatie?
 - Welke expertise is nodig en is deze intern beschikbaar?
 - Wat is jouw rol hierin als duurzaamheidscoördinator?

Samenstelling gerechten, communicatie/draagvlak, nudging strategieën (prijs, aantrekkelijk presenteren etc)



**Goede zorg
proef je**
Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord

Voedingsaanbod medewerkers / bezoekers

Richtlijn Eetomgevingen

Aanbod

Presentatie



Wij werken aan een
gezondere en
duurzamere eetomgeving



Goede zorg
proef je

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord



— Dit zijn de gezondere keuzes —
voor mens en milieu



proef je

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord



Streepjescode
scannen



Producten zoeken
en vergelijken



Criteria van de Richtlijnen Schijf van Vijf

EEN OVERZICHT VOOR PROFESSIONALS
DIE HUN AANBOD GEZONDER MAKEN



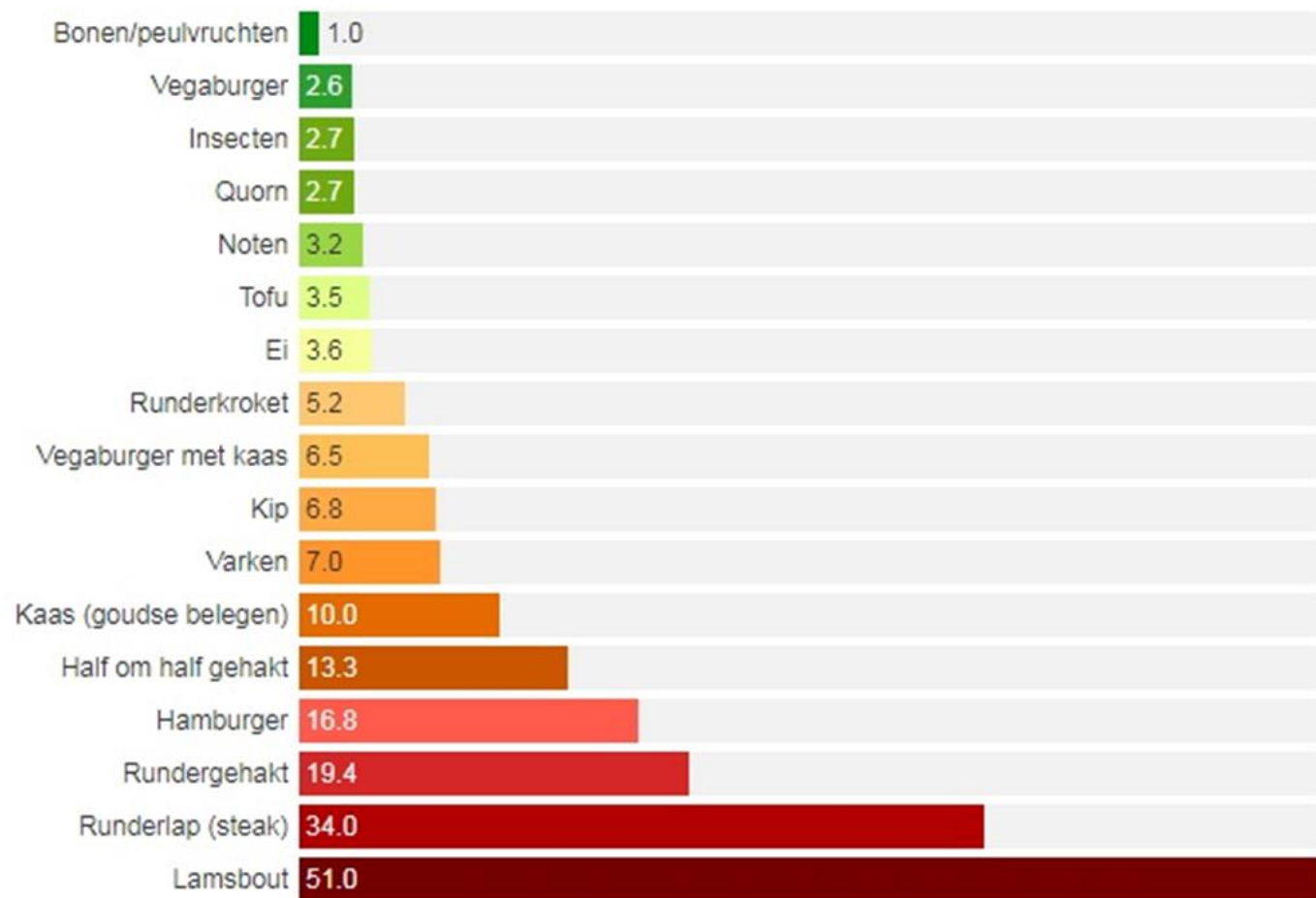
eerlijk over eten
Voedingscentrum



Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord



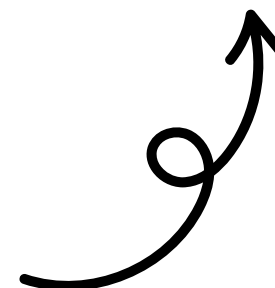
Cijfers per kilogram product zoals je dat koopt in de supermarkt.



Op basis van cijfers van Blonk Consultants

Kg CO2

Verminderen
Vervangen



Goede zorg
proef je

Effectief taalgebruik om gezond en duurzaam eten een **boost** te geven

Niet gebruiken	Wel gebruiken
Zonder vlees	Herkomst
Vegan	Smaak
Vegetarisch	Look & Feel
'Gezond'	Better Buying Lab (2020)

Italiaanse lasagne met gegrilde groente (v)

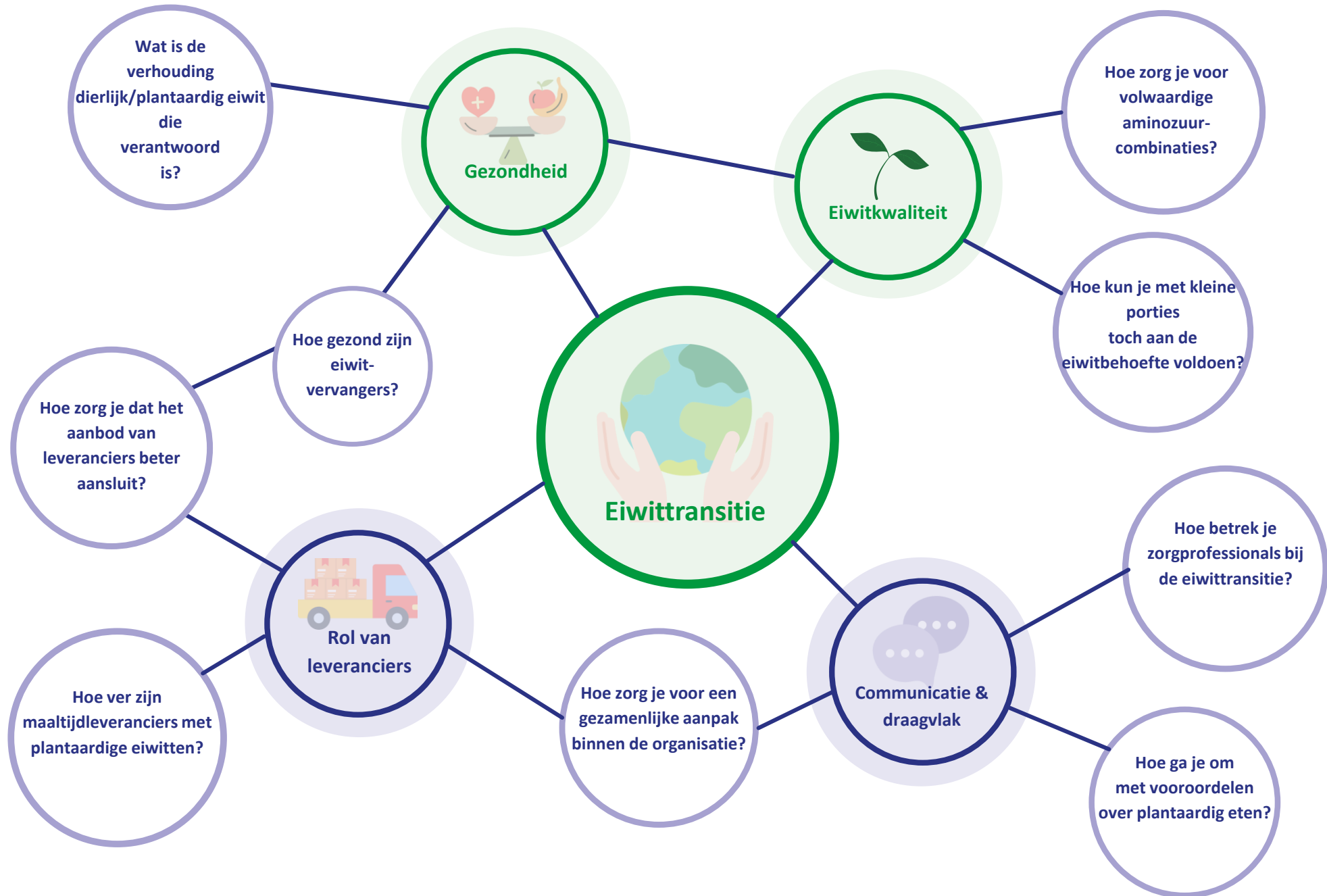
- Favoriet van de chef
- Huisgemaakt
- Textuur: knapperig, romig
- Smaak: pittig, kruidig
- Bereiding: gegrild, uit de oven



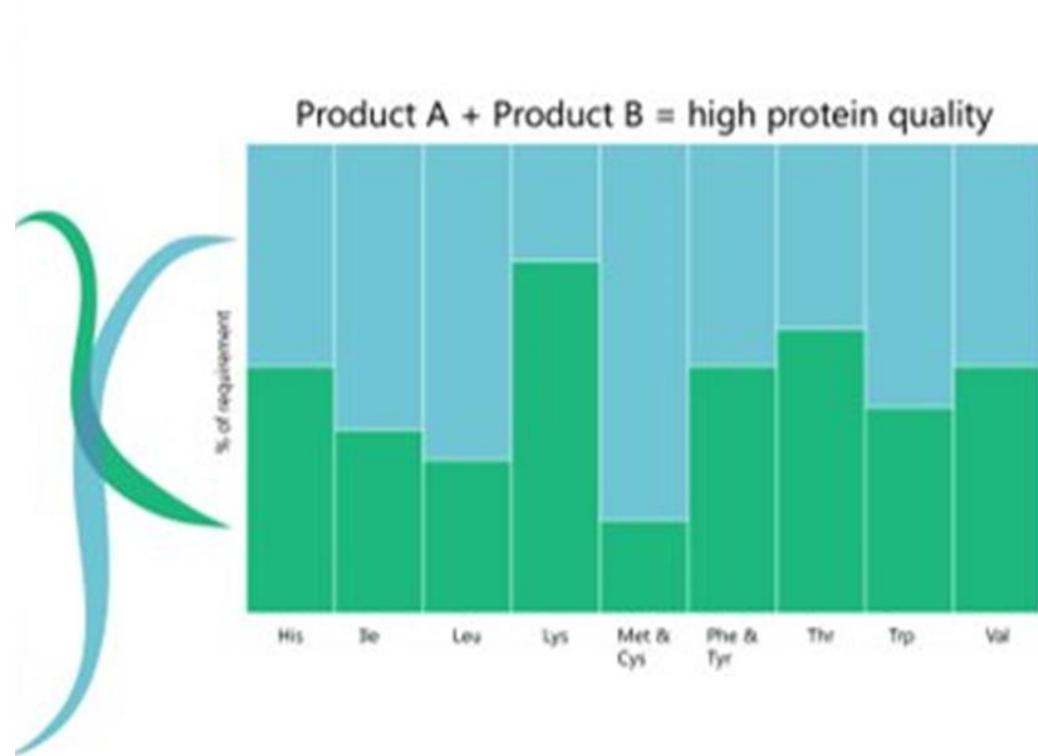
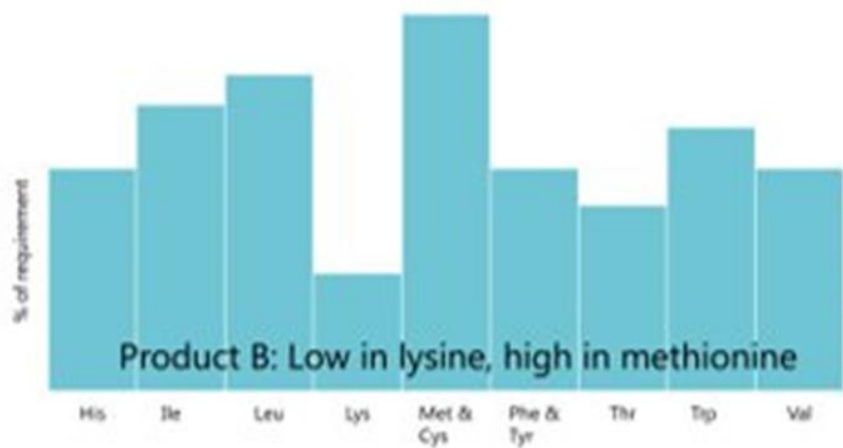
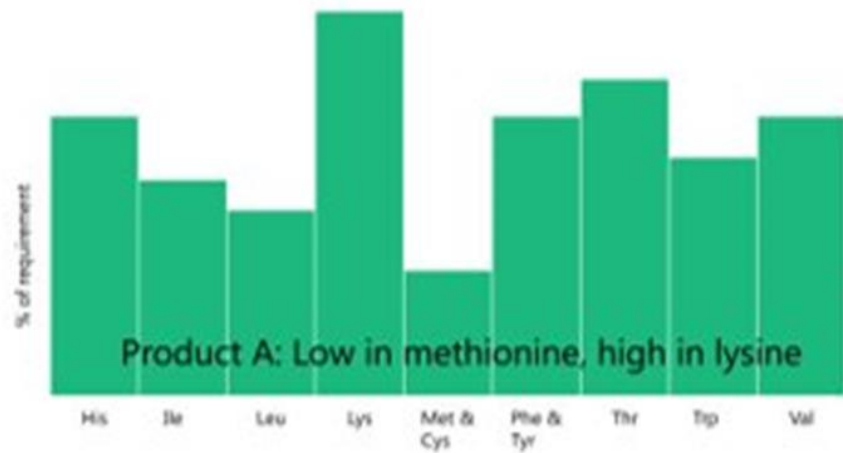
Samen aan de slag

- **Uitdagingen en struikelblokken in de gezonde eiwittransitie**
 - Waar lopen jullie nog tegenaan?
 - Waar op willen we samenwerken. Gezamenlijk oplossing / antwoord





Eiwitkwaliteit



Inspirerende voorbeelden: Eiwittransitie

Ziekenhuis Gelderse Vallei:

Eiwitkwaliteit

Product	Quantity	Dig	his	ile	leu	lys	met	cys	p-t	thr	trp	val
[2157] Pasta volkoren gekookt	100 g	●	97	138	281	120	57	90	303	124	55	179
[2047] Gehakt fijn- vegetarisch o...	80 g	●	348	631	1084	890	213	230	1144	534	177	702
[1397] Tomaat gestoofd	70 g	●	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
[966] Courgette gekookt	40 g	●	5	15	17	13	5	1	111	8	6	15
[5174] Linzen rode gekookt	50 g	●	84	133	236	222	25	30	260	123	30	153
[2176] Fijnboonpitten	15 g	●	74	112	222	129	64	47	247	100	33	149
Add product												
Total intake	355 g	●	607	1028	1840	1374	374	398	2065	888	301	1198
Meal requirement			360	675	1373	1080	383	135	922	563	148	900
Percentage of requirement filled			169	152	134	127	98	295	224	158	203	133

Meal Protein Quality Score: **98**
Limiting EAA: **Methionine**



Alpha-tool



AminoFit



Amsterdam UMC



Goede Zorg
Proef Je®



Netwerk



Goede zorg
proef je

Door Kenny van Dijk, culinair adviseur

Afsluiting

- Samenvatting belangrijkste inzichten
- Wat nemen jullie hieruit mee?
- Welke concrete stappen kunnen er genomen worden?



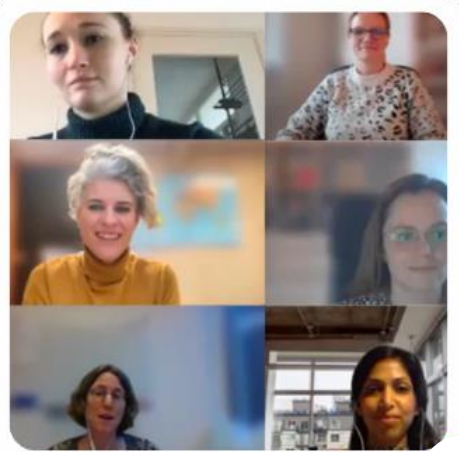
Goede zorg
proef je

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord

Goede Zorg Proef Je ondersteuning:



Lerend netwerk
Online platform



Netwerk Facilitair
diëtisten



Koksnetwerk



Inspiratiedagen



Werkgroepen



Toolkit op de website



Communicatie



Onderzoek



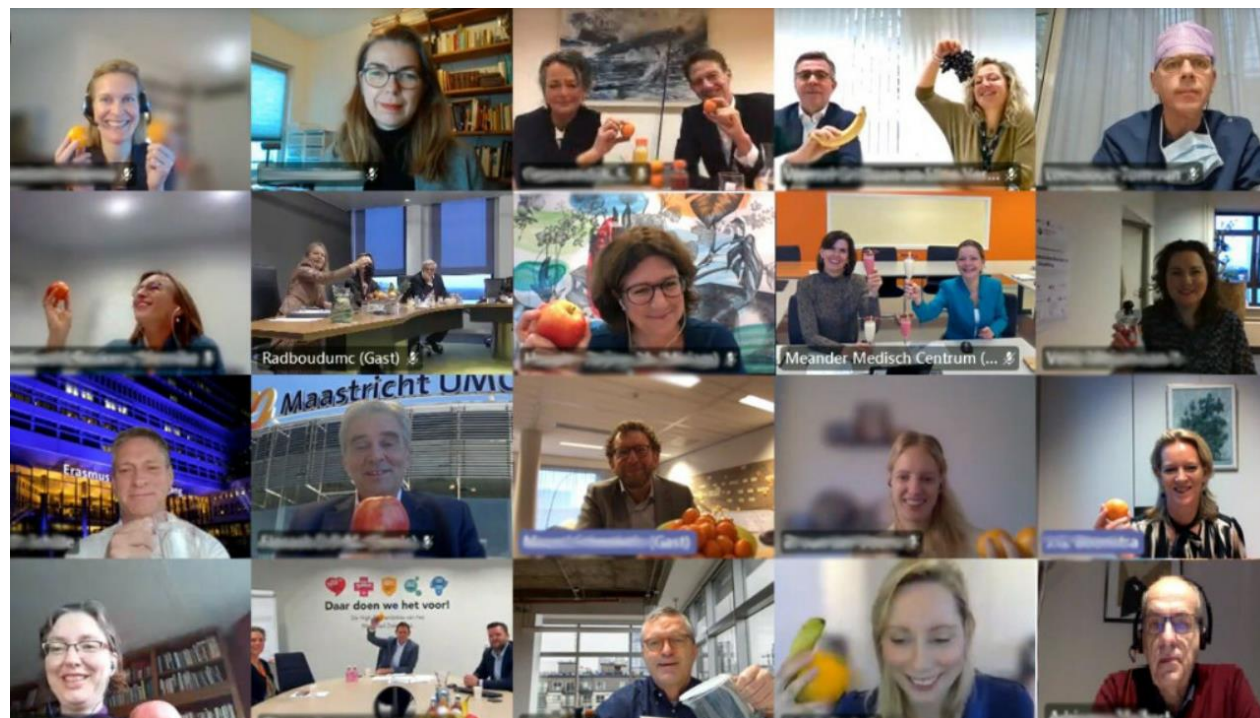
Goede zorg proef je

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord

Dank!
Zijn er vragen?



Iris de Koning
idekoning@zgv.nl



Groente- en fruitkalender



Januari	Februari	Maart	April	Mei	Juni	Juli	Augustus	September	Oktober	November	December
aardpeer boerenkool groene selderij knolselderij koolraap meiraap paddenstoelen pastinaak pompoen prei rammenas rode biet rodekool savooikool schorseneer spruiten ui veldsla winterpostelein witlof waterkers winterpostelein witlof witte kool wortel appel peer	boerenkool groene selderij knolselderij meiraap paddenstoelen pastinaak pompoen prei rammenas rode biet rodekool savooikool schorseneer spruiten ui veldsla winterpostelein witlof witte kool wortel appel peer	bloemkool boerenkool groene selderij knolselderij meiraap paddenstoelen pastinaak pompoen prei raapsteel rabarber radijs rammenas rode biet rodekool roodlof savooikool schorseneer snijbiet spinazie spruiten ui veldsla winterpostelein witlof witte kool wortel appel peer	andijvie asperge bloemkool groene selderij meiraap paddenstoelen paksoi pompoen prei raapsteel rabarber radijs rode biet roodlof snijbiet spinazie ui waterkers wortel witlof aardbei appel peer	andijvie asperge bloemkool doperwt groene selderij koolrabi kropsla meiraap paddenstoelen paksoi peultjes prei raapsteel rabarber radijs rode biet roodlof snijbiet spinazie spitskool ui waterkers wortel aardbei appel peer	andijvie artisjok asperge bloemkool broccoli doperwt groene selderij koolrabi kropsla meiraap paddenstoelen paksoi paprika peultjes prei sperzieboon rabarber radijs rode biet rodekool savoikool snijbiet spinazie spitskool tomaat tuinboon ui venkel waterkers wortel aardbei abrikoos blauwe bes framboos kers nectarine perzik rode bes zwarte bes	andijvie artisjok aubergine bleekselderij bloemkool broccoli Chinese kool courgette doperwt groene selderij knolselderij komkommer koolrabi kropsla paddenstoelen paksoi paprika pompoen prei sperzieboon raapsteel radijs rode biet rodekool savoikool snijbiet snijboon spinazie spitskool tomaat ui venkel waterkers witte kool wortel aardbei abrikoos blauwe bes braam framboos kers meloen nectarine peer perzik pruim vrijg zwarte bes	andijvie artisjok aubergine bleekselderij bloemkool broccoli Chinese kool courgette groene selderij knolselderij komkommer koolrabi kropsla mais paddenstoelen paksoi paprika pompoen prei schorseneer sperzieboon raap(steel) radijs rammenas rode biet rodekool savoikool snijbiet snijboon spinazie spitskool tomaat ui venkel waterkers witte kool wortel appel blauwe bes braam druif framboos kiwibes kweepeer meloen nectarine peer perzik pruim vrijg	andijvie artisjok aubergine bleekselderij bloemkool broccoli Chinese kool courgette groene selderij knolselderij komkommer koolrabi kropsla paddenstoelen paksoi paprika pastinaak pompoen prei sperzieboon raap(steel) radijs rammenas rode biet rodekool roodlof savooikool schorseneer snijbiet spruiten ui veldsla venkel waterkers winterpostelein witlof witte kool wortel appel druif meloen peer	aardpeer andijvie bleekselderij bloemkool boerenkool broccoli Chinese kool courgette groene selderij knolselderij koolraap paddenstoelen pastinaak pompoen prei raap rammenas rode biet rodekool savoikool schorseneer spruiten ui veldsla waterkers winterpostelein witlof witte kool wortel appel peer		

*Deze seizoenskalender is samengesteld op basis van informatie van Velt.
Aangevuld met inzichten van Bionext en het Voedingencentrum.



*Deze seizoenskalender is samengesteld op basis van informatie van Velt. Aangevuld met inzichten van Bionext en het Voedingscentrum.

eerlijk over eten Voedingscentrum

Kies seizoens-
producten en kijk
naar de herkomst



Goede zorg
proef je