

# Zorgeloze Zomer



## ZORG & FOOD TERUGBLIK

Een moment om trots  
op terug te kijken

## MET ZORG VOOR MORGEN

Ontdek onze inspanningen en resultaten  
op het gebied van duurzaamheid

## INSPIRERENDE KLANTVERHALEN

Met passie en ambitie  
verteld door onze klanten

## ONTDEK ZORGMAALTJD

Verrijk je kennis met  
ons brede assortiment

 **ZORGBOODSCHAP**  
Onderdeel van Boon Food Group

## RECEPTEN

Zomerse trends en  
verfrissende inspiratie

*Beste lezer,*

Met veel plezier kijken wij terug op een geslaagde Zorg & food beurs. Het was goed om velen van jullie weer te ontmoeten, gesprekken te voeren en te ervaren hoeveel energie er zit op het thema eten en drinken in de zorg. Die dynamiek, de ontmoetingen en het enthousiasme, het geeft vertrouwen en smaakt eerlijk gezegd naar meer.

Die energie nemen we ook mee richting de zomer en naar wat voor ons ligt. Onze nieuwbouw in Lisse nadert de opleveringsfase en ligt op koers richting september. Een mooie mijlpaal waar we met trots naartoe werken. Een plek waar straks alles samenkomt en die ons helpt om onze dienstverlening verder te versterken en klaar te maken voor de toekomst.

Tegelijkertijd blijven we bouwen aan ons team. We zijn blij om Frédérique Wohnhas-Slothouber (Senior Accountmanager Noord-Holland) en Eva van Duinen (Manager New Business & Marketing) te verwelkomen.

Cora Heemskerk vervult de rol van Commercieel Manager a.i. en met de komst van Laura Dijkzeul als Finance Manager zetten we ook een mooie stap in de verdere professionalisering van onze organisatie.

Binnen Zorgmaaltijd zien we een sterke en vooral mooie ontwikkeling. Steeds meer relaties sluiten zich aan op ons maaltijdconcept. Daarmee geven we samen invulling aan goed, passend en toekomstbestendig eten in de zorg. Deze groei maakt dat Zorgmaaltijd zich in korte tijd heeft ontwikkeld tot onze grootste en meest bepalende oplossing binnen Zorgboodschap.

Die ontwikkeling zie je nu ook terug in iets ogenschijnlijk kleins. We hebben ons logo subtiel aangepast. In de 'O' van Zorgboodschap staat nu een bestekje. Een bewuste keuze die voortkomt uit de groei en het belang van onze maaltijd- en foodserviceactiviteiten. De winkelwagen blijft staan voor ons brede retail- en webshopassortiment. Samen laten ze zien waar we voor staan: lekker eten & drinken voor de zorg. Een kleine aanpassing, die ons verhaal nog net iets beter zichtbaar maakt:

 **ZORGBOODSCHAP**  
Onderdeel van Boon Food Group

Samen met al onze collega's en in nauwe samenwerking met onze relaties blijven wij bouwen aan duurzame samenwerkingen. De belangstelling en betrokkenheid die wij op de beurs hebben ervaren, bevestigen dat we op de goede weg zijn en dat onze concepten aansluiten bij wat er leeft in de markt.

Wij wensen je een fijne, zonnige zomer toe, met ruimte om even op te laden, maar ook met nieuwe inspiratie voor wat komen gaat.

*Veel leesplezier!*

*Vincent Bos*  
ALGEMEEN DIRECTEUR

*Cora Heemskerk*  
COMMERCIEEL MANAGER A.I.



# Inhoud

## ZORG & FOOD JAARBEURS

Fris, betrokken en toekomstgericht: Zorgboodschap op de Zorg & food



## WISSEL 'NS WAT X ZORGBOODSCHAP

Een toekomstbestendig voedselsysteem samen met Wissel 'ns Wat



## MAALTIJDEN MET ZORG

Bekijk de nieuwe Zorgmaaltijd brochure via onze webshop!



## LAATSTE UPDATES NIEUWBOUWPAND

Hoe staat ons duurzame nieuwe pand er nu bij? Je leest het hier!



## HEERLIJKE RECEPTEN

Haal je portie inspiratie op met onze zomerse recepten



## MET ZORG VOOR MORGEN

Hoe Zorgboodschap verduurzaamt en blijft verduurzamen



## PRAKTISCHE TIPS VAN ONZE DIËTISTE

De juiste zorg in o.a. hydratatie bij warm weer



## ZONNIGE KLANTEN

Koel af met de ambitieuze verhalen van onze klanten



## ZORGELOOS GENIETEN *Een zomerse BBQ in de zorg*

De zon laat zich weer zien, bewoners gaan vaker naar buiten en de sfeer wordt lossier. Het BBQ-seizoen is hét moment om samen te genieten. Maar hoe organiseer je een geslaagde barbecue voor een grotere groep binnen de zorg? Met deze praktische tips maak je er een smakelijk én zorgeloos moment van.

### HOUD HET OVERZICHTELIJK EN PLAN VOORUIT

Bij een grotere groep is een goede voorbereiding essentieel. Werk met een duidelijke planning en kies voor een overzichtelijk menu.

Denk in aantallen per persoon en houd rekening met dieetwensen en allergieën. Zo voorkom je last-minute stress.

### DENK AAN DE EIWTBALANS

Een BBQ is hét moment om ook bewust met voeding om te gaan. Combineer dierlijke en plantaardige eiwitbronnen, zoals vis, kip en vegetarische alternatieven. Zo draag je bij aan een gebalanceerde maaltijd die past binnen de eiwittransitie.

### KIES VOOR HERKENBARE ÉN PASSENDE GERECHTEN

Ga voor gerechten die aansluiten bij de doelgroep. Bekende smaken doen het altijd goed. Denk aan malse kipspiesjes, zachte hamburgers of vegetarische opties. Voor bewoners met aangepaste voeding kun je eenvoudig variëren in structuur, zonder in te leveren op smaak.

## SMAKELIJKE WERELDKEUKEN

Lekkere gerechten en recepten uit het buitenland met Zorgmaaltijd



### VEILIGHEID VOOROP

Werk hygiënisch en houd rekening met voedselveiligheid. Zorg dat producten goed gekoeld blijven en voldoende doorgedaard worden. Zeker bij warme temperaturen is dit extra belangrijk.

### SAMEN DOEN = PLEZIER

Betrek collega's, vrijwilligers of zelfs bewoners bij de voorbereiding. Dit zorgt niet alleen voor minder werkdruk, maar ook voor meer plezier en betrokkenheid.



## GESLAAGDE DAGEN TIJDENS DE ZORG & FOOD 2026

**Drie dagen lang stond Zorgboodschap midden in de dynamiek van de zorg tijdens de Zorg & food beurs. Tussen de gesprekken, ontmoetingen en indrukken door viel één ding direct op: de thema's waar de sector mee bezig is, sluiten naadloos aan op waar Zorgboodschap dagelijks aan werkt.**

Volgens accountmanagers Tamara en Ricky draaide het op de beurs vooral om herkenbare en urgente vraagstukken. Denk aan duurzaamheid, grip op kosten en de eiwittransitie. Maar wat hen vooral bijbleef, was de behoefte van organisaties aan een partner die verder kijkt dan alleen leveren. "We merkten dat mensen echt geïnteresseerd waren in hoe wij werken," vertellen ze.

"Dat we niet alleen boodschappen, eten en drinken leveren, maar juist ook ondersteunen en meedenken. Dat maakt het verschil."

Die aanpak zorgde voor herkenning én nieuwsgierigheid. In gesprekken met prospects ontstond regelmatig een moment van verrassing: dit willen wij ook. Tegelijkertijd boden de beursdagen ook waardevolle bevestiging bij bestaande klanten. De thema's waar Zorgboodschap samen met hen al aan werkt, leven breed in de sector. Wat de gesprekken extra kracht gaf, was de mogelijkheid om direct de diepte in te gaan. Specialisten werden er moeiteloos bij betrokken, waardoor onderwerpen als duurzaamheid en eiwittransitie concreet en tastbaar werden.



Sfeerbeeld: **Eerste dag tijdens de Zorg & food 2026**



v.l.n.r.: **Arij Boon, Gert-Jan Nell, Vincent Bos**

Dat maakte indruk. "Je ziet dat klanten dat waarderen," klinkt het. "Het laat zien dat we echt kennis in huis hebben en dat we samen stappen kunnen zetten."

Opvallend is ook hoe de rol van beurzen verandert. Waar organisaties vroeger naar een beurs kwamen om nieuwe ontwikkelingen te ontdekken, zijn ze tegenwoordig zelf al goed geïnformeerd. De meerwaarde zit nu in ontmoeting, verdieping en het voeren van het juiste gesprek. En juist daar voelt Zorgboodschap zich op zijn plek. Die positie werd op de beurs nadrukkelijk gevoeld. Niet alleen door wat er verteld werd, maar ook door hoe de organisatie zich presenteerde.

De reacties waren veelzeggend: fris, toegankelijk en energiek. "We horen vaak dat we een jonge, dynamische organisatie zijn met korte lijnen en een persoonlijke aanpak," vertellen Tamara en Ricky.

Tegelijkertijd groeit ook het besef dat Zorgboodschap inmiddels een serieuze speler is binnen de markt. Met de groei van de organisatie en ontwikkelingen zoals het nieuwe pand wordt dat steeds zichtbaarder. Het versterkt het vertrouwen bij klanten én prospects.

Wat blijft hangen na drie dagen beurs, is vooral de energie. De gesprekken, de ontmoetingen en de kansen die zijn ontstaan. Die vormen de basis voor de komende periode. Want de beurs mag dan voorbij zijn, het echte werk begint nu pas.

Zoals Tamara en Ricky het zelf samenvatten: doorgaan met waar we goed in zijn, en de verbinding blijven zoeken. Met klanten, met elkaar en met de toekomst van de zorg.



**Tamara Veenstra & Ricky Kievit**  
Accountmanager Accountmanager



# Terugblik op de PAASPROEVERIEN

De paasproeverijen van Zorgboodschap vormden dit voorjaar een mooi moment van samenkomen. Samen met klanten werd het seizoen feestelijk afgetrapt, met Pasen als inspiratiebron. Er werd geproefd van ons smakelijke feestdagen cyclus.



## Bouwen aan morgen: één duurzaam dak voor Zorgboodschap

Zorgboodschap werkt achter de schermen aan een belangrijke stap richting de toekomst: een nieuw, duurzaam pand waarin alles samenkomt.

“Straks hebben we alles onder één dak,” vertelt Erwin. “Dat betekent minder transportbewegingen en efficiënter werken. Zo zijn we klaar voor de toekomst.”

Duurzaamheid speelt hierin een grote rol, met onder andere duizenden zonnepanelen en een slim energiesysteem. Het nieuwe pand vormt daarmee een stevig fundament voor verdere groei.

Meer weten over de laatste ontwikkelingen van het nieuwbouwpand? Lees verder op pagina 30.

## Samen versnellen in duurzame zorg

Duurzaamheid is geen op zichzelf staand thema, maar een gezamenlijke beweging binnen de zorg. Een beweging waarin Zorgboodschap samen met zorgorganisaties werkt aan de doelen uit de Green Deal Duurzame Zorg.

Volgens Melissa zit de kracht in de combinatie van impact en haalbaarheid. “Duurzamer eten en drinken gaat vaak hand in hand met gezonder eten en drinken,” legt ze uit. “Het is goed voor de planeet én voor de mens.”

Tijdens de beurs liet Zorgboodschap zien waar het staat, van de duurzaamheidsrapportage tot de ambities richting 2030. Daarbij speelt inzicht een belangrijke rol.

“Onze eiwitdata is gevalideerd volgens de Eiweetmethodiek,” vertelt Melissa. “Dit kunnen we nu vertalen naar klantrapportages. Daardoor kunnen we zorgorganisaties gericht helpen stappen te zetten.” Zo komt duurzaamheid echt in beweging.



**Erwin den Hamer & Melissa Minguez Garcia**  
Facilitair Manager    Duurzaamheidsmanager



# Maaltijden met zorg bereid

Ben je benieuwd naar de mogelijkheden voor jouw organisatie? In onze vernieuwde Zorgmaaltijd brochure vindt je alles wat je moet weten.

Van een veelzijdig assortiment tot slimme oplossingen voor de dagelijkse praktijk in de zorg: wij ondersteunen, denken mee en nemen werk uit handen.

We leveren maatwerk voor verschillende doelgroepen en praktische voordelen in de keuken samen met onze diëtisten & culinair adviseurs.

*Bekijk de nieuwe brochure online via onze webshop!*



## Vers bereid, gekoeld geleverd: zo werkt *Zorgmaaltijd*

Goede voeding begint bij aandacht. Bij Zorgmaaltijd geloven we dat kwaliteit en versheid niet vanzelfsprekend zijn, maar het resultaat van vakmanschap, toewijding en liefde voor het product. Iedere dag zetten onze experts zich in om maaltijden te creëren die niet alleen voedzaam zijn, maar ook écht smaakvol.



# Fleurig TAFELN

Cherry Breeze  
Blue placemat  
30x40 cm  
DS 5 x 100 ST  
**50064546**

Sunflower  
Dreams servet  
40x40cm  
PK 60 ST  
**50064556**

Sunflower  
Dreams servet  
3-laags 33x33cm  
PK 50 ST  
**50064554**

Cherry Breeze  
Blue servet 3-laags  
33x33 cm  
DS 4 x 250 ST  
**50064544**

Soft Tropics  
servet 3-laags  
33 x 33 cm  
PK 50 ST  
**50045239**

Olive Garden  
servet 40x40cm  
DS 6 x 60 ST  
**50064525**

*Heerlijke*  
**RECEPTEN**  
VOOR JE PORTIE ZOMERSE INSPIRATIE

# Eiwitrijke KOFFIE

## EIWITRIJKE KOFFIE

1 kop koffie  
100 ml halfvolle melk of volle melk  
2 el Skyr of Griekse yoghurt  
(optioneel)  
1 tl honing (optioneel)  
kaneel (optioneel)

1. Zet een kop koffie.
2. Meng in een blender of met een melkopschuimer de melk en Skyr of Griekse yoghurt tot een romig mengsel.
3. Giet dit bij de koffie en roer goed door.
4. Voeg eventueel één theelepel honing of een snufje kaneel toe.

Door koffie te combineren met melk of een eiwitrijke drinkyoghurt krijgt u niet alleen een verfrissend drankje, maar ook extra eiwitten binnen. Eiwitten zijn o.a. belangrijk voor het behoud van spierkracht, het immuunsysteem en de hormoonbalans.

Serveer de ijskoffie goed gekoeld, eventueel met ijsblokjes. Voor een extra romige smaak kan er een schepje kwark worden toegevoegd. Zo wordt een simpel drankje, een voedzaam tussendoortje dat perfect past bij warme zomerdagen.

Biologische  
halfvolle melk  
PK 500 ML  
3251584

Biologische  
yoghurt Griekse  
stijl 10%  
BK 500 GR  
3214377

# Eiwitrijke ZOMERSE START

Aardbeien  
BK 250 GR  
10149044

Bramen  
PK 125 GR  
10149048

Blauwe  
bessen  
BK 500 GR  
10149046

Havermout  
ZK 500 GR  
3244442

Aardbeien  
BK 250 GR  
10149044

Milde  
halfvolle  
yoghurt  
PK 100 ML  
50013296

Bloemen-  
honing helder  
FL 350 GR  
1329723

Ananas  
1 STUK  
10149088

Geraspte  
kokos  
PT 100 GR  
1141643

Kokosmelk  
PK 500 ML  
1697528

Yoghurt  
Griekse stijl 10%  
BK 1000 ML  
9347437

# Eiwitrijke SMOOTHIEBOWLS

Een bowl vol power! Deze eiwitrijke smoothiebowl zijn niet alleen lekker en kleurrijk, maar geven je ook een heerlijke energieboost.



## SMOOTHIE- BOWL AARDBEIEN

500 gr aardbeien  
400 ml melk  
200 gr yoghurt  
2 el honing

1. Doe de aardbeien in een blender.
2. Voeg de melk (soort naar smaak) en yoghurt toe.
3. Voeg naar smaak honing toe.
4. Maal tot een gladde smoothie.
5. Verdeel het mengsel over vier kommen.
6. Garneer met toppings naar keuze.

### Toppings voor de smoothiebowl

#### Vers fruit:

aardbeien  
blauwe bessen  
bramen  
frambozen  
banaan  
kiwi  
mango  
ananas

#### Knapperig:

granola  
muesli  
havermout  
kokoschips  
noten (amandelen,  
walnoten,  
cashewnoten)  
zaden (chiazaad,  
lijnzaad, pompoen-  
pitten, zonnebloem-  
pitten)

#### Eigen smaak:

pindakaas  
honing  
geraspte kokos  
pure chocola

## SMOOTHIE- BOWL BRAMEN/ BLAUWE BES

300 gr bramen  
300 gr blauwe bessen  
2 bananen  
400 ml amandelmelk  
(of andere melk naar keuze)  
80 gr havermout  
2 el honing

1. Doe de bramen, blauwe bessen, bananen, havermout en amandelmelk in een blender.
2. Voeg eventueel honing toe en maal het tot een smoothie.
3. Voeg indien nodig een klein beetje extra melk toe zodat de gewenste dikte wordt bereikt.
4. Verdeel het mengsel over vier kommen.
5. Garneer met toppings naar keuze.



## SMOOTHIE- BOWL KOKOS, FRUIT EN GRANOLA

400 gr ananas  
2 bananen  
300 gr Griekse yoghurt  
200 ml kokosmelk  
4 el geraspte kokos  
2 el honing  
granola

1. Doe de ananas, bananen, Griekse yoghurt en kokosmelk in een blender.
2. Voeg de geraspte kokos en eventueel honing toe.
3. Maal dit tot een smoothie. Voeg indien nodig een klein beetje extra kokosmelk toe.
4. Verdeel het mengsel over vier kommen.
5. Garneer met granola en overige toppings naar keuze.

# Lekker FRIS!

Ongewassen  
rucola  
BK 125 GR  
**30039680**

Penne  
rigate  
ZK 500 GR  
**3261616**

Cherry  
tomaten  
PK 250 GR  
**10149200**

Olijven zwart  
zonder pit  
BL 230 GR  
**1355848**

Couscoussalade  
gegrilde met  
paprika & courgette  
BK 1500 GR  
**30003025**

Munt  
PK 100 GR  
**50044801**

Dressing  
balsamico  
FL 1000 ML  
**30003384**

Watermeloen  
mini  
1 ST  
**10149058**

Biologische  
feta 43+  
PK 150 GR  
**9356134**

# Frissse SALADES

Fris, licht en vol smaak. Met deze zomerse salades zet je in een handomdraai iets lekkers én gezond op tafel. Ontdek deze drie heerlijke recepten om van te genieten.



## SALADE PENNE PESTO MET KIP

**300 gr penne**  
**150 gr cherrytomaten**  
**1 rode ui**  
**100 gr zwarte olijven**  
**75 gr parmezaanse kaas**  
**3-4 el groene pesto**  
**rucola**  
**2 el olijfolie**  
**zout en peper**

1. Kook de penne volgens de aanwijzingen op de verpakking in gezouten water.
2. Giet het af en laat het afkoelen (spoel eventueel kort met koud water).
3. Doe de pasta in een grote kom en meng het met de groene pesto en olijfolie.
4. Voeg de in plakjes gesneden zwarte olijven, de gehalveerde cherrytomaten en fijn gesneden rode ui toe.
5. Meng er een handje rucola en parmezaanse kaas (geraspt of in schaafsel) door.
6. Breng op smaak met zout en peper.
7. Laat de salade eventueel 30 minuten in de koelkast staan zodat de smaken goed mengen.

*Tip!:*

Of gebruik de kant-en-klaar couscous salade van Johma. Gewoon, in een handomdraai op tafel!



## SALADE WATERMELOEN FETA

**500 gr watermeloen**  
**150 gr feta**  
**1 rode ui (optioneel)**  
**verse munt**  
**2 el olijfolie**  
**1 el limoensap of citroensap**  
**versgemalen zwarte peper**  
**balsamicostroop (optioneel)**

1. Snijd de watermeloen in blokjes en leg ze in een grote schaal.
2. Verkruijmel de feta erover.
3. Voeg één handje fijngehakte munt en eventueel dunne plakjes rode ui toe.
4. Meng de olijfolie met limoen- of citroensap en giet dit over de salade.
4. Optioneel: top af met wat balsamicostroop naar smaak.



## COUSCOUS- SALADE MET GEPOFTE GROENTE

**250 gr couscous**  
**1 courgette**  
**1 rode paprika**  
**1 aubergine**  
**1 rode ui**  
**150 gr cherrytomaten**  
**½ citroen**  
**1 tl komijn**  
**1 tl paprikapoeder**  
**verse peterselie**  
**olijfolie**  
**zout en peper**

1. Oven voorverwarmen op 200 °C.
2. Meng de courgette, paprika, aubergine, rode ui met olijfolie, komijn, paprikapoeder, zout en peper.
3. Verdeel de groenten over een bakplaat en rooster 25-30 minuten in de oven tot ze zacht en licht gekaramelliseerd zijn.
4. Doe de couscous in een kom, giet er 300 ml kokend water of bouillon over, laat 5 minuten wellen en maak los met een vork.
5. Meng de geroosterde groenten door de couscous, voeg citroensap en peterselie toe en breng op smaak met zout en peper.

# FRIS, LICHT EN VOEDAAM: ETEN TIJDENS EXTREME HITTE

*praktische tips van Isa*

**“Zodra de temperatuur stijgt, merk ik dat veel mensen automatisch minder trek krijgen. Dat is heel normaal,” vertelt diëtiste Isa. “Je lichaam heeft bij warm weer minder behoefte aan zware maaltijden, maar het blijft wél belangrijk om voldoende energie en eiwitten binnen te krijgen.”**

## Licht eten bij warm weer

Volgens Isa hoeft dat gelukkig helemaal niet ingewikkeld te zijn. “Kies juist voor lichte, frisse maaltijden. Denk aan een goedgevulde maaltijdsalade met kip, ei, vis of peulvruchten. Ook een bakje yoghurt of kwark met fruit en wat noten doet het altijd goed, net als een lichte groente- of kippensoep. Het zijn voedzame opties die minder zwaar vallen op warme dagen.”

Wat ook helpt, is de manier waarop je eetmomenten verdeelt. “Drie grote maaltijden kunnen bij hitte echt te veel zijn,” legt Isa uit.

“Ik adviseer vaak om dezelfde hoeveelheid voeding te verdelen over vijf of zes kleinere eetmomenten op een dag. Dat voelt lichter en is makkelijker vol te houden.”

Daarnaast speelt hydratatie een grote rol. “Je verliest meer vocht door te zweten, dus het is belangrijk om daar bewust mee bezig te zijn,” zegt Isa. “Vochtrijke producten zoals komkommer, tomaat, meloen en yoghurt helpen daar ook bij. Zie ze als een extra steuntje voor je vochtinname.”

Voor wie (meer) plantaardig eet, heeft Isa nog een praktische tip: “Er zijn genoeg plantaardige eiwitbronnen, zoals linzen, kikkererwten, tofu, tempeh, noten, volkoren granen en soja-producten. Combineer ze met elkaar, bijvoorbeeld granen met peulvruchten, zodat je lichaam de eiwitten beter kan opnemen dan als je een plantaardige eiwitbron los eet.”

In het overzicht hieronder zie je meer voorbeelden van combinaties met een hoge opneembaarheid.



## Goed blijven drinken

“Uitdroging ligt sneller op de loer bij warm weer,” waarschuwt Isa. “Signalen zoals een droge mond, donkere urine, duizeligheid, vermoeidheid of hoofdpijn kunnen daarop wijzen.” Gelukkig zijn er simpele manieren om dit te voorkomen. “Zet drinken in het zicht, zodat je er automatisch aan denkt. Drink kleine beetjes verspreid over de dag en maak het aantrekkelijk voor jezelf: water met munt of citroen, ongezoete ijsthee of een glas koude melk of karnemelk voor wat extra eiwitten.”

## Minder eetlust? Dit helpt

Dat warme dagen je eetlust verminderen, is volgens Isa heel logisch. “Je lichaam hoeft minder hard te werken om warm te blijven. Maar als je daardoor te weinig binnenkrijgt, is het slim om je eetpatroon iets aan te passen.”

Haar advies: “Kies voor kleinere porties, maar eet wat vaker. Koele gerechten zoals salades, smoothies en yoghurt zijn vaak makkelijker. En ga voor eiwitrijke tussendoortjes, zodat je toch voldoende voedingsstoffen binnenkrijgt.”

Voor mensen die echt moeite hebben met eten, kan het helpen om juist kleinere, maar energie-rijke keuzes te maken. “Denk aan yoghurt of kwark met noten en honing, een smoothie met yoghurt, banaan en pindakaas, of een volkoren cracker met kaas of hummus. Ook een handje noten, een banaan met pindakaas of een drinkyoghurt zijn makkelijke opties.”

In ons vorige zomermagazine (2025) staan gezonde en eiwitrijke recepturen voor frisse smoothies voor in de zomer. Lekker en gezond!

### LYSINE

- SOJABONEN
- BRUINE BONEN
- KIDNEYBONEN
- WITTE BONEN
- KIKKERERWTEN
- TOFU
- POMPOENPITTEN
- LINZEN
- CASHEWNOTEN
- QUINOA

### METHIONINE

- MACARONI
- SPAGHETTI
- PENNE
- LASAGNE
- COUSCOUS
- RIJST
- BROOD
- RIJSTWAFEL
- HAVERMOUT
- MUESLI

**Bron**  
<https://oersterk.nu/blogs/15-beste-plantaardige-eiwitten-voor-vegetariers-en-veganisten/>



**Isa van Vondelen**  
Diëtiste

# DORSTLESSERS & verwenmomenten

Verfrissend, lekker en precies wat je nodig hebt. Deze dorstlessers en kleine verwenmomenten maken elke zomerse pauze nét wat fijner.



schenk  
gwoon  
water & fruit

mineraalwater  
appel & kers  
light  
55%  
minder suiker  
koolzuurvrij

**Water & fruit  
appel kers light**  
Dorstlessers  
PK 1500 ML  
1126970

**Ijsblokjes**  
Extra koel  
ZK 1000 GR  
3250291




**Shake rietjes  
papier 8mm**  
Toppertjes  
PK 100 ST  
50031992

**Waterijsjes**  
0 % suiker  
Glutenvrij  
PK 10 X 40 ML  
1087630



**Yoghurt-tropisch  
smoothie vers**  
Fris en fruitig  
FL 250 ML  
50037122




**Sinaasappeldrank  
proteïne**  
Kies bewust  
PK 1000 ML  
10038116



**Appel Jonagold  
voordeelzak**  
Voor de dorst  
ZK 1500 GR  
10149011



**Roomijs banana split**  
Let's go bananas!  
BK 900 ML  
3217605



**Watermeloen  
stukjes**  
Hapklaar  
PK 200 GR  
10149300



# VAKMANSCHAP IN VIS, met oog voor de toekomst

AMfish is een toonaangevende producent van verse en bereide visproducten in Nederland, met haar hoofdvestiging en productielocatie in Katwijk. Het bedrijf is in 2019 ontstaan uit de fusie van twee gerenommeerde visbedrijven, VisSpecialist Almelo en Vishandel van Meines, die al jarenlang een sterke positie hadden binnen de visbranche. Door deze samenvoeging ontstond een krachtig bedrijf dat zich richt op zowel traditionele visproducten als innovatieve, convenience-gerichte oplossingen voor de moderne foodservice en retailmarkt.

Vanuit deze rijke historie in vakmanschap combineert AMfish ambachtelijke traditie met moderne productietechnieken. Door eigen productontwikkeling blijft het assortiment vernieuwend, waarbij de focus ligt op smaak, kwaliteit en praktische inzetbaarheid voor zowel horecaprofessionals als consumenten.

## Zomer op het bord

De zomerperiode biedt ruimte voor lichtere gerechten en frisse combinaties. Vis leent zich daar bij uitstek voor. Denk aan zachte viscomponenten in maaltijdsalades, licht verteerbare warme gerechten of seizoen specialiteiten die nét dat beetje extra beleving toevoegen aan het menu.

Een bijzonder moment in deze periode is het traditionele haringseizoen. Zodra de haring in het voorjaar voldoende vet heeft opgebouwd, start de aanvoer van nieuwe haring. Voor veel bewoners in zorginstellingen is dit een herkenbaar en nostalgisch moment.

“Het haringseizoen is meer dan een productintroductie. Het is een traditie. In zorginstellingen zien we hoe zo'n moment herinneringen oproept. Dat maakt voeding zoveel meer dan alleen een maaltijd.”



Kibbeling MSC  
gebakken met  
ravigottesaus  
BK 600 GR  
10003359



Lekkerbek  
gebakken  
BK 75/90 GR  
10003359



Scholfilet  
gebakken  
BK 5 X 75/90 GR  
10003405



Zalm  
gebakken  
BK - PRIJS/ST  
10003206



Visschnitzel  
gebakken  
BK - PRIJS/ST  
10003202



*Nieuw:*  
IDDSI-niveau 6  
zacht &  
kleingesneden in  
hapklare stukjes

Rundersteak in saus  
met sperziebonen en  
gebakken aardappelen,  
IDDSI 4  
BK 340 GR

10117202

# DE ZOMER op je bord

Ook bij kauw- en  
slikproblemen

De zomer staat voor de deur:  
een seizoen van heerlijke maaltijden  
en frisse kleuren. Voor mensen met  
kauw- en slikproblemen kan het echter  
een uitdaging zijn om passend en  
smakelijk te eten. Hoe zet je deze  
zomer een veilige en aantrekkelijke  
maaltijd op tafel?

*Wanneer kauwen en slikken moeizaam gaat,  
verdwijnt vaak het plezier in eten. De maaltijd  
wordt dan iets waar je tegenop gaat zien.  
Juist dan is het belangrijk om de eetlust te  
stimuleren.*

*Omdat onze ogen voor een groot deel bepalen  
of we trek krijgen, maakt de presentatie op  
het bord een wezenlijk verschil. Een maaltijd  
waarbij aandacht is besteed aan de kleur,  
vorm en portiegrootte nodigt beter uit om  
te gaan eten.*

#### Herkenbare vormen

Precies daarom worden de maaltijden van  
winVitalis gepresenteerd in herkenbare vorm,  
zodat bewoners direct zien wat zij eten.  
Een glad gemalen rundersteak ziet er ook echt  
uit als rundersteak. De gebakken aardappelen  
hebben een optisch bak- en braadeffect en de  
sperziebonen zijn direct herkenbaar aan de  
vorm en kleur.

#### Verfrissende bijgerechten voor de zomer

Het winVitalis-assortiment biedt diverse  
desserts en bijgerechten die gekoeld  
geserveerd kunnen worden. Deze bieden een  
welkomme verfrissing op warme dagen, zoals  
een komkommersalade of lemon-  
cheesecake (IDDSI-4). Daarmee kun je  
bewoners naast de warme maaltijd ook nog  
iets lekkers aanbieden.

#### Gemak op eigen KWS-afdeling

Op kleinschalige woonlocaties kan het een  
uitdaging zijn om dagelijks een smaakvolle  
en herkenbare IDDSI-maaltijd op tafel te  
zetten. Daarom biedt Zorgboodschap het  
winVitalis-assortiment van appetito aan.

WINVITALIS  
by appetito

#### IDDSI-maaltijden in menucyclus

In de menucyclus van Zorgboodschap zijn de  
maaltijden met IDDSI-niveau 4, 5 en 6  
opgenomen. Hierdoor kunt u eenvoudig  
bestellen met voldoende variatie voor een  
gezond voedingspatroon.

#### Dinerdozen in boodschappenmodule

Voor locaties die geen gebruik maken van de  
menuplanner, worden de dinerdozen aanbevolen.  
Per dinerdoos zijn zeven verschillende  
IDDSI-maaltijden beschikbaar in de varianten  
menu A, B en C op zowel IDDSI-niveau 4 als 5.  
Hiermee kan per bewoner eenvoudig een  
gevarieerd menu samen worden gesteld.

**4 Glad gemalen - Menu A**  
50065611  
**Glad gemalen - Menu B**  
50064869  
**Glad gemalen - Menu C**  
50064870

**5 Fijngemalen - Menu A**  
50064871  
**Fijngemalen - Menu B**  
50064872  
**Fijngemalen - Menu C**  
50065084

**6 Zacht & kleingesneden**  
50065085



Nieuw in het assortiment is de dinerdoos voor  
IDDSI-niveau 6, waarmee nu ook zeven zacht  
& kleingesneden maaltijden kunnen worden  
aangeboden.





## Wissel 'ns Wat! Een vrolijke uitnodiging om vaker plantaardig te kiezen, op jouw manier.

Wissel het hele jaar door. Van wok tot lunchbox, van BBQ tot winterkost: er valt altijd wel iets te wisselen. Een bolognese met linzen, een burger met groenten, een broodje met iets nieuws ertussen. Klein beginnen. Groot genieten.

Met Wissel 'ns Wat! maken we plantaardig eten toegankelijk, positief en flexibel. Voor iedereen: van gezinnen tot nieuwsgierige eters, van gewoontedieren tot pioniers. Zonder gedoe. Zonder moeten. Maar met smaak, inspiratie en een flinke dosis gemak.

Inmiddels kom je Wissel 'ns Wat! overal tegen. En dat is niet voor niets. We nemen je graag mee in het verhaal achter dé beweging voor meer plantaardig in Nederland.

### Wissel 'ns Wat! - dé beweging voor meer plantaardig in Nederland

Plantaardig eten is allang geen niche meer. Je ziet het terug in de supermarkt, op menukaarten en gewoon bij mensen thuis. Veel mensen staan er open voor. Ze weten dat het een goede keuze kan zijn – voor henzelf én voor de wereld.

Toch blijft het in de praktijk vaak bij plannen. Dat is ook niet gek: drukke dagen, vaste routines en bekende smaken winnen het soms van goede voornemens. Precies daar zit de sleutel - geen focus op grote veranderingen, maar het maken van kleine stappen. Eén ingrediënt anders. Eén maaltijd per week. Eén vast moment waarop je iets nieuws probeert. Stappen die passen binnen je dag, je gezin en je ritme.

Eten doe je immers vaak met anderen. De grootste drempels zitten daarom niet in kennis, maar in het ontdekken van nieuwe smaken en het vinden van een nieuwe routine die past bij jou, bij je agenda en je omgeving.

### Samen werken aan een plantaardige toekomst

“Elke kleine wissel telt”.

Steeds vaker klinkt dezelfde vraag binnen de zorg: hoe maken we eten duurzamer, zonder in te leveren op smaak, gemak en beleving? Met die gedachte sluit Zorgboodschap zich aan bij Wissel 'ns Wat!. Een beweging die plantaardig eten toegankelijk maakt, op een manier die past bij de praktijk van alledag.

Volgens Melissa Minguez Garcia, duurzaamheidsmanager bij Zorgboodschap, draait het om vooruitgang boeken. “Plantaardig eten is goed voor zowel de planeet als de gezondheid. De uitdaging is om daar in de praktijk stappen in te zetten. Juist in de zorg wil je keuzes maken die haalbaar zijn en bijdragen aan het welzijn van mensen.”

Isabel Boerdam, oprichter van de succesvolle Week Zonder Vlees (dat sinds begin dit jaar Wissel 'ns Wat! heet) en campaign-lead Wissel 'ns Wat!, herkent dat. “We willen mensen laten ervaren dat plantaardig eten niet ingewikkeld hoeft te zijn. Het zit vaak in kleine aanpassingen. Een keer linzen in plaats van gehakt, of een andere keuze op het brood. Dat maakt het laagdrempelig.”

### Van ambitie naar praktijk

Binnen de zorgsector groeit de urgentie om te verduurzamen. De impact van voeding op CO<sub>2</sub>-uitstoot, grondstoffen en afval wordt steeds zichtbaarder. Daarbij speelt de eiwittransitie een belangrijke rol: de verschuiving naar meer plantaardige en minder dierlijke eiwitten. Bij Zorgboodschap geloven we dat goede zorg verder gaat dan alleen vandaag. Het gaat ook over morgen. Over hoe we bijdragen aan een gezonde leefomgeving, voor bewoners, zorgprofessionals en de wereld om ons heen.

**Dat Zorgboodschap zich aansluit bij Wissel 'ns Wat is daarin een logische stap. De aanpak sluit naadloos aan bij hoe Zorgboodschap zorgorganisaties en bewoners wil inspireren: positief, praktisch en stap voor stap.**

De uitdaging zit vaak niet in de ambitie, maar in de uitvoering. Hoe zorg je dat duurzame keuzes ook echt op het bord belanden?

“Daarom is het belangrijk om het praktisch en aantrekkelijk te maken,” zegt Melissa.

“In plaats van te focussen op wat je laat, draait het bij Wissel 'ns Wat! juist om wat je toevoegt: meer smaak, meer variatie en meer plezier aan tafel. Met recepten, tips en seizoensgerichte inspiratie wordt plantaardig eten toegankelijk, of je nu net begint of al verder bent.”

Isabel vult aan: “De campagne is opgebouwd rond herkenbare en vrolijke momenten, zoals WisselWoensdag, seizoenswissels en thematische activiteiten. Zo krijg je het hele jaar door inspiratie om kleine, haalbare plantaardige keuzes te maken.”

### Kleine stappen, groot verschil

De kracht van de beweging zit in klein beginnen. Niet alles tegelijk, maar stap voor stap.

“Je hoeft niet meteen volledig plantaardig te eten,” zegt Melissa. “Juist die kleine wissels maken het verschil.” Isabel herkent dat ook:

“Zodra je laat zien dat plantaardig eten lekker, haalbaar en herkenbaar is, ontstaat er beweging.”



Mensen gaan vanzelf mee.” De campagnepay-off is dan ook: Lekker plantaardig op jouw manier. Zo wordt plantaardig geen activerend statement, maar een normale optie in het bestaande eetpatroon.

### Samen vooruit

Dat Zorgboodschap zich aansluit bij Wissel 'ns Wat is daarin een logische stap. De aanpak sluit naadloos aan bij hoe Zorgboodschap zorgorganisaties en bewoners wil inspireren: positief, praktisch en stap voor stap. Met een duidelijke ambitie. Zo wil de campagne de plantaardige eiwittransitie in Nederland versnellen, op weg naar de landelijke consumptiedoelstelling van 50% dierlijke eiwitten en 50% plantaardige eiwitten tegen 2030.

### Wissel wanneer het past

De boodschap is helder: verduurzamen hoeft niet perfect. Het begint bewust kiezen. Wissel 'ns Wat! zegt: wissel wanneer jij wilt. Bij het ontbijt. De lunch. Of het avondeten. Op een vaste dag, of gewoon wanneer het uitkomt.

Niet omdat het moet.

Maar omdat het kan.

En omdat het verrassend lekker is.

**Wissel 'ns Wat! zegt: wissel wanneer jij 't wil. Ontbijt. Lunch. Borrel. Eén vaste dag. Of wanneer je zin hebt.**



# DE WISSEL VAN..

**ZORGMAALTIJD**  
Onderdeel van Zorgboodschap



## INGREDIËNTEN

4 stuks, 30 minuten

- 8 portobello's
- 4 vega burgers Zorgmaaltijd



### Portobello-marinade

- ½ kop + 150 ml Ketjap Manis of Tamari (is glutenvrij)
- 2 tl bruine suiker
- 1 el verse gember, geraspt

### Overige ingrediënten

- 4 el sesamzaadjes
- sla naar keuze
- 2 rode of zoete uien, in ringen
- 2-3 zoete tomaten, in plakken
- 4 augurk 'sticks' (of augurk in de lengte door 4-en)
- saus naar keuze

## VEGA BURGERS MET PORTOBELLOBROODJES

Doe de ingrediënten voor de portobellomarinade in een ruime kom en meng met een garde. Leg de portobello's op hun hoedje in de marinade. Schep met een lepel de marinade over de portobello's en zet 15 minuten apart.

Verhit een ruime pan en bak de portobello's samen met de overgebleven marinade op middelmatige temperatuur, ongeveer 3 minuten. Draai ze halverwege om.

Verhit ondertussen een koekenpan met antiaanbaklaag op hoge temperatuur, voeg de burgers en de uien toe aan de pan zodra de pan goed heet is en bak de burgers en uien in 5-6 minuten gaar op middelmatige temperatuur. Draai de burgers na 3 minuten om.

Haal de portobello's van de warmtebron en bedek de hoedjes met sesamzaadjes.

Serveer de burgers op een portobellobroodje met saus naar keuze, bijvoorbeeld een vega(n) smokey barbecuesaus. Of een vega mayonaise met sriracha-saus, samen.

Garneer met sla, tomaat, augurk en langzaam gegaarde rode of zoete ui.



# VERFRISSENDE START van de dag

Begin je dag bewust met onze best geselecteerde producten gericht op een mix van frisheid, voedzaamheid en hydratatie.



**Yoghurt**  
**Griekse stijl 2%**  
Mild & romig  
BK 1000 GR  
9352740



**Biologische**  
**muesli noten en fruit**  
Rijk aan vezels  
ZK 400 GR  
1499947



**Zomerfruit**  
Bewuste keuze  
PK 250 GR  
3244100



**Beschuit volkoren**  
Heerlijk bros  
RL 125 GR  
1338285



**Smoothie**  
**basis fruitsap**  
Fris & fruitig  
DS 8 X 1500 ML  
10017095



**Biologische**  
**haverdrink**  
Plantaardig  
PK 1000 ML  
1452177



**Bloemenhoning**  
**helder**  
Lekker zoet  
FI 350 GR  
1329723



**Ijskoffie cappuccino**  
Verkoelend lekker  
BL 250 ML  
3225608



**Drinkyoghurt**  
**0% vet**  
**aardbei-kers**  
Geen toegevoegde suiker  
PK 1000 ML  
9337725

# Bouwen aan de toekomst

## het nieuwe duurzame hart van Zorgboodschap



Achter de schermen wordt er hard gewerkt aan een belangrijke mijlpaal voor Zorgboodschap. Het nieuwbouw pand in Lisse bevindt zich in een vergevorderd stadium en markeert een volgende stap in de groei en ontwikkeling van de organisatie.

Met de verwachte oplevering in september komt de realisatie steeds dichterbij. Maar dit nieuwe pand is meer dan alleen een fysieke uitbreiding. Het is een doordachte investering in de toekomst, waarin duurzaamheid, efficiëntie en samenwerking centraal staan.

### Alles onder één duurzaam dak

De afgelopen jaren is er intensief samengewerkt aan de totstandkoming van het nieuwe pand. In samenwerking met Prologis wordt een moderne, toekomstbestendige locatie ontwikkeld die volledig aansluit bij de ambities van Zorgboodschap.

Één van de belangrijkste voordelen? Alles komt straks samen onder één dak. Waar voorheen verschillende locaties gebruikt werden, ontstaat nu één centrale plek waarin processen efficiënter ingericht kunnen worden.

### Duurzaamheid als fundament

Duurzaamheid speelt een hoofdrol in het ontwerp van het nieuwe pand. Het gebouw wordt uitgerust met een indrukwekkend energiesysteem dat klaar is voor de toekomst.

Zo komen er ruim **4.200 zonnepanelen** op het dak, goed voor een capaciteit van ongeveer **2.500 kW-piek**. Daarnaast wordt een krachtige batterij geplaatst met een opslagcapaciteit van circa **2.000 kWh**. Samen zorgen deze systemen voor een slimme energievoorziening, waarbij energieopwekking, opslag en verbruik optimaal op elkaar worden afgestemd.

Zelfs de installaties in het pand werken hierin samen. Zo communiceert het energiesysteem bijvoorbeeld met de koelinstallatie. Één van de grootste energieverbruikers, om zo efficiënt mogelijk om te gaan met energie. Het resultaat: een pand dat niet alleen duurzaam is op papier, maar ook in de praktijk écht verschil maakt. Het werkt als een mini-energienet binnen ons gebouw.

Hierdoor kunnen we altijd blijven draaien, ook als er iets gebeurt op het openbare stroomnet. Een microgrid zorgt ervoor dat onze energie altijd beschikbaar, stabiel en betrouwbaar is.

### Klaar voor morgen

Met de oplevering in zicht groeit de energie binnen de organisatie. Het nieuwe pand staat symbool voor vooruitgang: een plek waar duurzaamheid, innovatie en samenwerking samenkomen.

Het is een investering die verder gaat dan stenen en techniek. Het is een investering in de toekomst van Zorgboodschap. Met zorg voor morgen.



# Met zorg voor morgen

Duurzaamheid is bij Zorgboodschap geen statisch einddoel, maar een voortdurende beweging. Samen met onze partners transformeren we het dagelijkse aanbod in de zorg. Wij maken een gezonde en eerlijke voedselketen de standaard, waarbij het welzijn van de bewoner en een lagere milieudruk altijd het uitgangspunt zijn.



Scan de QR-code voor de duurzaamheidsrapportage en animatie

Onze ambitie sluit aan bij de volgende SDG's (Duurzame Ontwikkelingsdoelen)



## Klimaat & energie

Wij verlagen onze CO<sub>2</sub>-uitstoot door een duurzaam nieuw pand te realiseren en een CO<sub>2</sub>-reductieplan in kaart te brengen.

### Uitstoot

Bijdragen aan 50% emissiereductie t.o.v. 2023 Boon Food Group.

ISO14001 certificering behaald

4.238 zonnepanelen

Eerste paal duurzaam pand

Elektrificatie wagenpark

24% verkocht volume van minder milieubelastende teelt

Duurzame leverancierscriteria opgenomen

Klantrapportages met verdiepend inzicht in duurzaamheid

Green Deal Duurzame Zorg 3.0 ondertekend

<1% voedselverspilling

14 nationaliteiten

>25 plantaardige inspiratie workshops

50% van het managementteam is vrouw

12% van het personeelsbestand heeft een afstand tot de arbeidsmarkt

## Afvalreductie & circulariteit

Wij verminderen afval en voedselverspilling door onze materiaal- en verpakingsstromen te verduurzamen en verspilling in de keten actief te voorkomen.

### Voedselverspilling

2030 - Structureel onder onze norm van 1% voedselverspilling.

### Afvalscheiding

In 2030 het restafval structureel onder de 15%.

### Verpakkingen

In 2030 zijn onze verpakkingen 100% recyclebaar.

Duurzamere Zorgmaaltijdverpakkingen

Eiwitverhouding gevalideerd met Eiweet

Eiwitverhouding 36% plantaardig / 64% dierlijk

Restafval met 19% verminderd

## Eiwittransitie

Wij sturen actief op de eiwitverhouding via ons assortiment, ondersteund door de Eiweet-methodiek en concrete klantinzichten.

### Eiwitverhouding

Uitbreiding plantaardig assortiment. In 2030 minimaal 60% plantaardig en maximaal 40% dierlijk.

## Duurzame inkoop & aanbod

Wij verduurzamen ons assortiment door leverancierscriteria aan te scherpen op gebied van milieu en groei in aanbod van minder

### Leveranciersbeoordeling

In 2030 is de gedragscode met duurzaamheidseisen ondertekend en geborgd.

### Minder milieubelastende teelt

In 2030 is minstens 30% van ons verkocht volume van minder milieubelastende teelt.

## Sociale verantwoordelijkheid

Wij creëren kansen en een veilige, betrokken en inclusieve werkomgeving voor al onze medewerkers.

### Medewerkerstevredenheid

2030: maximale score op inclusiviteit en medewerkerstevredenheid.

# *Wat vind je van ons* **MAGAZINE?**

**MET VEELZORG WERKEN WIJ 3 KEER PER JAAR AAN ONZE  
SEIZOENSMAGAZINES.**

**HEB JIJ NOG WENSEN? FEEDBACK? OF HEB JE ZELF EEN IDEE ALS  
RUBRIEK? HET IS ALLEMAAL WELKOM!**



# *Zonnige* **KLANTEN**

**FRISSE VERHALEN VOOR DE WARME DAGEN**

Jan van Ginkel, voorzitter Raad van Bestuur Zorggroep Sirjon

# Zorg afstemmen op de eigenheid van iedere bewoner

**Hij heeft groot respect voor zorgmedewerkers en vindt werken in de zorg de mooiste baan die er bestaat. Jan van Ginkel is nu ruim een jaar voorzitter van de Raad van Bestuur van de reformatorische Zorggroep Sirjon (22 locaties in vijf provincies). In een interview met Zorgboodschap op het dienstencentrum in Ridderkerk vertelt hij hoe zijn organisatie de zorg afstemt op de eigenheid van iedere bewoner.**

Jan van Ginkel (60) was werkzaam in het bedrijfsleven en bekleedde directiefuncties bij de overheid. Ruim een jaar geleden werd hij voorzitter van de Raad van Bestuur van Zorggroep Sirjon. Deze organisatie houdt zich bezig met ouderenzorg en zorg voor mensen met een verstandelijke beperking: 22 locaties (circa 1300 medewerkers) verdeeld over vijf provincies.

Over het waarom van zijn overstap: "Ik wilde bijdragen aan het leveren van reformatorische zorg. Ik ben veel op de werkvloer te vinden en vind het hartverwarmend om te zien hoe het dagelijkse zorgproces verloopt. Onze zorgmedewerkers doen hun werk met hart en ziel. Het knappe is dat iedere cliënt in zijn of haar eigenheid wordt gelaten."

## Reformatorische identiteit

De reformatorische identiteit loopt als een rode draad door de organisatie. "Waarden als naastenliefde, aandacht en verbondenheid zijn integrale onderdelen van onze zorgverlening", zegt Van Ginkel. "Dat uit zich in de wijze waarop we met mensen omgaan en in onze verhouding met de Heere God. Dat laten we tot uiting komen in ons werk."

Oprechte aandacht en het delen van elkaars leven. Daar draait het om bij Sirjon, zegt Van Ginkel. "Wij doen ons best om ervoor te zorgen dat mensen de vertrouwde sfeer van thuis ook bij ons ervaren. Zelf ben ik op het werk ook niet anders dan thuis."

Meerdere keren per dag lezen ze bij Sirjon uit de Bijbel. Ze bidden gezamenlijk. Bewoners kunnen op zondagen kerkdiensten bijwonen. "Als een cliënt het moeilijk heeft, kan hij of zij ons vragen om samen te bidden."

## Grote achterban

Warme, herkenbare zorg bieden vanuit een christelijke identiteit. En dankzij die identiteit toegang hebben tot een relatief groot netwerk van mensen die lid zijn van kerken met een reformatorische achtergrond. "Dat levert ons naast de familieleden en de bekenden van de bewoners veel vrijwilligers op. Andere zorgorganisaties zijn jaloers op onze grote achterban." Zie ook kader 'Samen Zorgteams.' Kan Sirjon daardoor zorg op topniveau verlenen? Van Ginkel spreekt liever over zorg op een dieper niveau. Aandacht voor het zingevingsaspect. "We hebben niet alleen een relatie met onze bewoners en collega's, maar staan ook in verhouding tot God. Het is onze missie om mensen die kwetsbaar zijn te dienen. God vraagt dat van ons."

## Samen Zorgteams

De krapte op de arbeidsmarkt wordt ieder jaar iets groter. Daardoor moet er nog meer worden samengewerkt met familie, vrienden en vrijwilligers. Van Ginkel: "Wij zijn pilots opgestart met zogeheten Samen Zorgteams waarin professionals en niet-professionals samen een team vormen. Door het samen te doen en het anders te organiseren, zien we volop mogelijkheden om goede kwaliteit te blijven bieden. Zorg is een gezamenlijke opgave geworden van ons allemaal. Maar het is een ingewikkeld proces. We moeten dat langzaam vorm gaan geven."



**"Waarden als naastenliefde, aandacht en verbondenheid zijn integrale onderdelen van onze zorgverlening"**



**Sirjon**  
ZORGGROEP

*Jan van Ginkel*  
VOORZITTER RAAD VAN  
BESTUUR ZORGGROEP  
SIRJON

*Vincent Bos*  
ALGEMEEN DIRECTEUR  
ZORGBOODSCHAP

## Arbeidsbesparende innovaties

Het leiden van een grote organisatie met locaties in vijf provincies is aan de ene kant lastig, omdat je met verschillende regio's te maken hebt. Maar het biedt ook kansen. Ervaringen uitwisselen, gezamenlijk opleidingen verzorgen, innovaties doorvoeren. Van Ginkel: "Dankzij de grote schaal waarop we werken, kunnen we veel van de grond krijgen." Techniek en innovatie beginnen in de zorg een grotere rol te spelen. Daarover: "Innovaties moeten arbeidsbesparend en werkvreugdverhogend zijn. Onze persoonlijke, warme zorg blijft voorop staan. De techniek is daarbij ondersteunend. Ik geef een voorbeeld. Een chip in een sok kan de spanningsopbouw van een bewoner aangeven, zodat je dat kunt monitoren en je zorg er op af kunt stemmen. Of de mobiele telefoon waar een zorgmedewerker informatie op kan inspreken die rechtstreeks in het zorgdossier wordt opgenomen. Scheelt veel tijd."

## Eten en drinken

Eten en drinken zijn binnen de zorg belangrijk, want ze zorgen voor gezelligheid en verbinding, bevorderen het welzijn en roepen herinneringen op, zegt Van Ginkel. "We werken zoveel mogelijk met verse maaltijden, lekker en afgestemd op de behoeften en wensen van onze bewoners.

In de zorg voor mensen met een beperking zijn de cliënten onderdeel van het productieproces. Ook koken ze soms hun eigen potje." Over leverancier Zorgboodschap zegt hij: "Een geweldige partner. Prima kwaliteit van de producten, geweldige logistiek. Onze bewoners profiteren daarvan. Dat is het mooie. Zorgboodschap is ook zeer klantvriendelijk, we voelen ons door hen gezien. Dat waarderen we enorm."

## Keukens gesloten

De laatste jaren zijn keukens en magazijnen gesloten bij veel zorgorganisaties. Ook bij Sirjon. Nu is er een transitie gaande naar kleinschalig wonen en vers koken. De 22 locaties van de zorggroep beschikken elk over meerdere afleveradressen. Zorgboodschap voorziet deze van eten en drinken. De groepen kunnen zelf bepalen wat ze bestellen, maar ook of ze geheel of gedeeltelijk zelf willen koken of toch liever kant-en-klare maaltijden gebruiken, zegt Vincent Bos, de algemeen directeur van Zorgboodschap, die bij het gesprek aanwezig is. Van Ginkel tegen Bos: "Het is logistiek zó knap wat jullie doen."

*Richard Anneeze*  
COÖRDINATOR  
GRAND - CAFÉ



John Geurtsen, manager gastvrijheid en service bij Zorgspectrum

*"Mensen kunnen veel meer dan je denkt"*

**De kernwaarden van Zorgspectrum zijn: samen, betrokken en professioneel.**

**Op het gebied van eten en drinken hanteren ze vijf concepten, afgestemd op de doelgroepen.**

**John Geurtsen vertelt aan Zorgboodschap hoe hij en zijn collega's te werk gaan.**

**John Geurtsen**  
Manager gastvrijheid en service



We zijn aanwezig in het grandcafé van Hof van Batenstein in Vianen. Gezellige drukte op de woensdagmiddag. ZorgSpectrum biedt een breed zorgaanbod in de omgeving van Nieuwegein, Houten, Vianen en Hoef en Haag. Van ondersteuning thuis tot tijdelijke zorg, behandeling en intensieve zorg op één van de 11 woonzorg- en revalidatielocaties.

We gaan in gesprek met John Geurtsen, manager gastvrijheid en service, waaronder eten en drinken. "Eten en drinken is voor ons meer dan het invullen van een basisbehoefte. Het is voor onze bewoners een middel om elkaar te ontmoeten, om beleving te creëren. Daarbij is ieder mens uniek. Onze benadering is dan ook persoongericht. We willen mensen laten genieten van lekker, gezond en veilig eten."

#### **Zelfredzaamheid**

Daarnaast willen ze bij Zorgspectrum de zelfredzaamheid van bewoners bevorderen. Dat gebeurt onder andere via de maaltijden. Door samen het eten te bereiden, samen de tafel te dekken en samen te eten, als dat mogelijk is.

Zorgspectrum is aangesloten bij Reablement Nederland dat organisaties ondersteunt bij het bevorderen van zelfredzaamheid bij mensen die niet alles meer kunnen. De 3 uitgangspunten zijn: geen handelingen overnemen die mensen zelf kunnen uitvoeren, hen helpen bij het herwinnen van wat zij zelf niet meer kunnen en samen een oplossing bedenken voor wat vervolgens nog overblijft. Geurtsen: "In Scandinavische landen zijn ze hier al ver mee. Wij zijn dit nu langzaam aan het uitrollen. We laten bewoners bijvoorbeeld meekijken en meepraten bij het doen van bestellingen voor eten en drinken in de webshop van onze leverancier Zorgboodschap. De duidelijke afbeeldingen lenen zich daar goed voor."

#### **Bewoners actief houden**

Om het eten en drinken aan te laten sluiten bij de wensen en de beperkingen van de bewoners handelt Zorgspectrum vijf concepten: huiselijk eten, gastvrij eten, roomservice, gastvrij eten met therapeutische doelstelling en zelfzorg. Zie het kader 'Vijf concepten' rechts. Bij dat laatst-genoemde concept koken de bewoners zelf. Geurtsen: "Mensen kunnen vaak veel meer dan je zou denken. We proberen dat zoveel mogelijk te stimuleren. Zo houd je ze actief."

Duurzaamheid is een belangrijk aandachtspunt binnen Zorgspectrum: één locatie heeft het niveau 'Zilver' behaald binnen de Milieuthermometer Zorg, en de uitrol naar andere locaties staat gepland voor 2026. Dat is onder meer te danken aan het minimaliseren van de voedselverspilling. Geurtsen: "Drie jaar geleden zijn we van het keuzemenu afgestapt. We serveren nu onze populaire dagmenu's. Dat zorgt ervoor dat we minder voedsel hoeven weg te gooien. Twee jaar geleden lag onze verspilling gemiddeld op 21% bij een keuzemenu."

Lager dan het landelijk gemiddelde in de zorg van 30 tot 35%, maar nog steeds te hoog, vonden wij. Anno 2026 ligt de verspilling bij ons tussen de 10 en 15% met 1 dagmenu.

#### **Minder plastic**

Duurzaamheid krijgt ook aandacht. Zo weinig mogelijk mono verpakkingen gebruiken bijvoorbeeld. Dat scheelt plastic en je verlaagt de kosten. "Bij het nastreven van duurzaamheid krijgen we steun van Zorgboodschap dat zelf ook erg actief is op dat vlak."

Er is ook een andere vorm van duurzaamheid waar Geurtsen aandacht aan besteedt: de duurzame inzet van personeel. "Ik probeer (zijn team bestaat uit 45 medewerkers) aan te sturen op een gezonde balans tussen werk en privé. Alle contracten van onze medewerkers zijn afgestemd op de werkelijk benodigde uren. Als op een locatie zesuursdiensten worden gewerkt, zijn de contracten bijvoorbeeld 18 of 24 uur. Op deze manier heeft iedere medewerker een vast aantal werkdagen per week, wat zorgt voor een goede balans tussen werk en privé."

Een ander zwaarwegend punt is de kwaliteit van de medewerkers. Geurtsen werkt zoveel mogelijk met professionals, zoals koks of medewerkers die afkomstig zijn uit de horeca of de catering. Binnen Zorgspectrum is daarnaast een coach eten en drinken actief, die regelmatig aanwezig is op locatie en door middel van advies en ondersteuning, in samenspraak met zorgmedewerkers en vrijwilligers, de kwaliteit van de dienstverlening verder verbetert. Over de resultaten van deze aanpak zegt hij: "Het verzuim is laag, nog geen drie procent. Van verloop is nauwelijks sprake en de medewerkerstevredenheid ligt boven de acht."

#### **Vijf concepten**

Op het gebied van eten en drinken heeft Zorgspectrum vijf concepten in het leven geroepen. Deze komen de wensen van de uiteenlopende doelgroepen tegemoet.

- 1) Huiselijk eten.** Bewoners in hun woonomgeving zelf het eten en drinken laten verzorgen al dan niet met behulp van zorgmedewerkers.
- 2) Gastvrij eten.** Eten in één van de grandcafés van Zorgspectrum. Met behulp van bediening en met muziek op de achtergrond.
- 3) Roomservice.** Voor mensen die in hun appartement willen eten. Koelverse maaltijd wordt geleverd in een Mealbutler (merknaam) die het eten op een door de bewoner gewenst tijdstip kan regenereren (verwarmen).
- 4) Gastvrij eten met therapeutische doelstelling.** Vindt plaats op de revalidatieafdelingen. Mensen laten bewegen door ze bijvoorbeeld naar het buffet te laten lopen om daar zelf hun maaltijd op te scheppen.
- 5) Zelfzorg.** Bewoners koken zelf.

# "JE MOET KOKEN MET JE HART"

Wanneer je de keuken van **St. Pieters en Bloklands** binnenloopt, voel je het meteen: hier wordt niet zomaar gekookt. Hier draait het om aandacht, om beleving en vooral om mensen. Chef-kok en culinair coach **Vincent de Vries** weet als geen ander wat voeding kan betekenen binnen de zorg. "Voor bewoners zijn de eetmomenten vaak het hoogtepunt van de dag. Dan moet het gewoon kloppen." Vincent werkt inmiddels drie jaar op de locatie, maar zijn ervaring reikt verder. Al ruim dertig jaar is hij actief in de voedingswereld, altijd binnen de zorg. "Hier krijg je iets terug wat je nergens anders vindt. Mensen komen naar je toe om je te bedanken. Dat is onbetaalbaar."

In St. Pieters en Bloklands wordt eten benaderd als meer dan alleen voeding. De brasserie is een plek waar bewoners én gasten samenkomen. "Het moet voelen als een echt restaurant. Warm en uitnodigend." Er wordt gewerkt met één dagmenu, afgestemd op het seizoen en de bewoners. Geen uitgebreide keuze-kaarten, maar wel maatwerk. "We weten wat mensen wel en niet lusten. Daar houden we rekening mee." Deze aanpak zorgt ook voor minder verspilling. "Als je te veel keuze biedt, gooi je meer weg."

Duurzaamheid is voor Vincent vanzelfsprekend. "Ik wil eigenlijk niets meer weggooien." Ingrediënten worden slim ingezet en gecombineerd over meerdere gerechten. "Alles is inwisselbaar." Ook inkoop en menuplanning zijn daarop afgestemd. "Met één menu kun je strakker inkopen." Daarnaast wordt er zoveel mogelijk vers gekookt. "Groenten moeten groen zijn, niet kapotgekookt. Vers is vers."

Volgens Vincent zit het verschil vooral in mensen. "Je hebt koks en je hebt 'kokers'. Een kok werkt met liefde, een koker warmt op." Als culinair coach begeleidt Vincent collega's en richt hij zich op het optimaliseren van de processen rondom eten en drinken. "Je moet mensen meenemen en laten proeven." Dat geldt ook voor vegetarisch koken. "Minder vlees kan prima, als het maar lekker is."

Voor Vincent begint alles bij smaak. "Eten moet gewoon lekker zijn." Zeker in de zorg vraagt dat om aandacht. "Dan werk je met kruiden, zuur en structuur." Veel wordt zelf gemaakt, van gerechten tot brood. "Dat zien en proeven mensen."

Vincent is zichtbaar op de werkvloer en gaat in gesprek met bewoners. "Je moet je kwetsbaar opstellen. Als iets niet goed is, moet je dat horen." Die open houding zie je ook terug op het bord. Of het nu gaat om een vers bereide maaltijd of een mooi opgemaakt gerecht uit de brasserie, alles krijgt dezelfde aandacht. "Mensen kennen je hier. Dat maakt het werk bijzonder." Voor Vincent is het duidelijk: "Je moet koken met je hart. Mensen voelen en proeven dat ook."

Vandaag heeft Vincent een kleurrijke, frisse kipsalade met noten en vers afgebakken brood klaargemaakt, met zorg samengesteld en heerlijk voor in de zomer!



# *Wat is jouw* **VERHAAL?**

**OOK ZO'N LEUK INTERVIEW EN FOTOMOMENT OP LOCATIE?  
LAAT HET JE ACCOUNTMANAGER WETEN! WE KOMEN GRAAG BIJ  
JE LANGS VOOR EEN ARTIKEL IN ONS NAJAARSMAGAZINE.**

# *Smakelijke* **WERELDKREUKEN**

**DE LEKKERSTE GERECHTEN UIT HET BUITENLAND**

Deze recepten zijn op basis van 4 personen,  
maar het ligt er natuurlijk aan hoeveel trek er is!

# Afiyet OLSUN!

Turks brood  
PK 500 GR

3260888

Munt  
BK 15 GR

10149438

Rode pepers  
onbewerkt  
2 ZK 2 ST

10149017

Chili vlokken  
PT 28 GR

57001086

Tomaten  
BK 500 GR

10149213

Groene olijven  
BK 130 GR

3240849

Voordeelbak magere  
runderlappen  
BK 600 GR

10156017

Bouillon  
rundvlees  
PT 340 ML

1392441

Paprika  
groen  
1 ST

9582207

## TURKSE ET SOTE MET BULGUR

400 gr runderlappen

1 ui

2 groene paprika's

1 rode paprika

2 tomaten

2 teentjes knoflook

runderbouillon

2 el olijfolie

1 tl paprikapoeder

½ tl zwarte peper

zout

snufje pul biber of chilivlokken  
(optioneel)

*Of bestel het  
gerecht kant-en-klaar  
via de banner in onze  
webshop!*



**ZORGMAALTIJD**  
Onderdeel van Zorgboodschap

1. Verhit de olijfolie (of boter) in een grote pan op middelhoog tot hoog vuur. Zorg dat de pan goed warm is voordat je het vlees toevoegt.
2. Voeg de runderlappen toe en bak het vlees rondom bruin. Neem hier even de tijd voor; dit zorgt voor extra smaak in het gerecht.
3. Doe de gesnipperde ui en fijngehakte knoflook bij het vlees. Bak dit 2-3 minuten mee tot de ui glazig wordt en de knoflook begint te geuren.
4. Voeg de paprika's toe en roer alles goed door. Bak de groenten een paar minuten mee, zodat ze iets zachter worden maar nog wel een beetje stevig blijven.
5. Voeg de stukjes tomaat toe samen met het paprikapoeder, de zwarte peper en zout naar smaak. Meng alles goed zodat de smaken zich goed kunnen verdelen.
6. Schenk de runderbouillon erbij totdat het geheel vochtig is en het vlees deels onder staat. Dit helpt om het vlees straks zacht te laten worden.
7. Zet het vuur laag en laat het gerecht 45 tot 65 minuten rustig sudderen met een deksel op de pan. Roer af en toe door en controleer of er nog voldoende vocht aanwezig is.
8. Proef tussendoor en breng indien nodig verder op smaak met zout, peper of eventueel een snufje chilivlokken voor wat extra pit.
9. Het gerecht is klaar wanneer het vlees mals is en gemakkelijk uit elkaar valt. Serveer warm, bijvoorbeeld met rijst, brood of aardappelen.

## SURINAAMSE NASI

400 gr witte rijst  
1 ui  
2 teentjes knoflook  
1 prei  
1 paprika  
2 el ketjap manis  
1 el sojasaus  
½ tl gemalen witte peper  
2 el zonnebloemolie  
(gefermenteerde garnalenpasta)

1. Kook 400 gr witte rijst en laat deze geheel afkoelen.
2. Verhit de zonnebloemolie in een grote wok of pan.
3. Voeg ui, knoflook en eventueel trassi toe en bak dit kort mee.
4. Doe de paprika en prei erbij en bak nog een paar minuten.
5. Voeg de vooraf gekookte en afgekoelde rijst toe en bak al roerend zodat de rijst loskomt.
6. Meng de ketjap manis, sojasaus en witte peper erdoor.
7. Bak alles nog 3-5 minuten tot het goed warm is.

## KIP IN KETJAP

500 gr kipfilet of kippendijen  
1 kleine ui  
2 teentjes knoflook  
100 ml water of kippenbouillon  
3-4 el ketjap manis  
2 el sojasaus  
1 el olie  
1 tl maïzena (gemengd met 1 el water)  
1 tl gemberpoeder of verse gember  
½ tl chilipoeder (optioneel)  
zout en peper

1. Verhit de olie in een pan of wok en fruit de ui en knoflook zacht.
2. Bak de kip rondom licht goudbruin.
3. Voeg de ketjap manis, sojasaus, gemberpoeder en eventueel chilipoeder toe.
4. Giet water of kippenbouillon erbij en laat de kip 8-10 minuten zachtjes koken tot hij gaar is.
5. Roer het maïzena mengsel goed door en giet dit langzaam bij de saus.
6. Blijf roeren tot de saus dikker wordt en mooi glanst.
7. Breng op smaak met zout en peper en eventueel wat chilivlokken.

## KOUSENBAND

400 gr kousenband  
1 kleine ui  
1 tomaat  
2 teentjes knoflook  
100 ml kokosmelk voor romigheid (optioneel)  
1 el zonnebloemolie  
1 tl zout  
zwarte peper

1. Verhit de zonnebloemolie in een wok of diepe pan.
2. Bak de ui en knoflook tot ze zacht zijn.
3. Voeg de kousenband toe en roerbak 5-7 minuten, tot hij beetgaar is.
4. Voeg de tomaat, een snufje zout en peper toe en roer goed door.
5. (Optioneel) giet kokosmelk erbij en laat 2-3 minuten sudderen voor een romige versie.

## ZOET-ZUUR

1 komkommer  
1 rode ui  
1 rode peper  
100 ml azijn  
2 el suiker  
½ tl zout  
50 ml water

1. Meng in een steelpan azijn, water, suiker en zout en verwarm tot de suiker is opgelost.
2. Doe de komkommer, rode ui en rode peper in een schaal.
3. Giet het zoetzure mengsel warm erover en roer goed door.
4. Laat minimaal 30 minuten tot 1 uur in de koelkast trekken voor een frisse smaak.

*Of bestel het gerecht kant-en-klaar via de banner in onze webshop!*



**ZORGMAALTIJD**  
Onderdeel van Zorgboodschap

# iBuen PROVECHO!



Doppinda's  
ZK 500 GR  
3240181



Biologische gember  
PK 150 GR  
10149226



Komkommer geseald  
1 ST  
10149214



Rode uien  
NT 3 ST  
3248025

Kokosmelk  
PK 500 ML  
1697528



Witte rijst  
PK 400 GR  
1280589

Ketjap manis  
FL 500 ML  
3261209

Kousenband  
ZK 2500 GR  
10007679

Kipfilet blokjes  
1 ST  
10149175

# Besseha O RAHA!

## MAROKKAANSE COUSCOUS

600 gr runderlappen  
1 grote ui  
2 teentjes knoflook  
2 tomaten of  
200 gr tomatenblokjes  
400 ml runderbouillon  
2 el olijfolie  
1 tl komijn  
1 tl kurkuma  
1 tl paprikapoeder  
½ tl kaneel  
1 tl gemberpoeder  
koriander of peterselie  
zout en zwarte peper  
gedroogde abrikozen/pruimen  
(optioneel)

*Of bestel het  
gerecht kant-en-klaar  
via de banner in onze  
webshop!*



**ZORGBAALTIJD**  
Onderdeel van Zorgboodschap

1. Verhit de olijfolie in een ruime stoofpan op middelhoog vuur. Zorg dat de pan goed warm is voordat je het vlees toevoegt.
2. Voeg het rundvlees toe aan de pan en bak het rondom bruin. Dit is een belangrijke stap, omdat het vlees hierdoor meer smaak krijgt.
3. Doe vervolgens de gesnipperde ui en fijngehakte knoflook bij het vlees. Bak dit een paar minuten mee totdat de ui glazig wordt en de knoflook lekker begint te geuren.
4. Voeg de kruiden toe: komijn, kurkuma, paprikapoeder, kaneel en gemberpoeder. Roer alles goed door zodat de kruiden zich gelijkmatig verdelen en kort kunnen meebakken voor extra smaak.
5. Voeg de tomaten toe aan het geheel en roer alles rustig door. Voeg op dit moment ook de gedroogde abrikozen of pruimen toe (optioneel), eventueel gehalveerd. Giet daarna de runderbouillon in de pan, zodat het vlees en de ingrediënten voldoende vocht hebben om te kunnen stoven.
6. Breng het geheel aan de kook en zet daarna het vuur laag. Laat de stoof 1,5 tot 2 uur zachtjes sudderen met de deksel op de pan. Roer af en toe en controleer of er nog voldoende vocht aanwezig is.
7. Het gerecht is klaar wanneer het vlees heel mals is en gemakkelijk uit elkaar valt. Proef en voeg naar smaak nog wat zout en peper toe.
8. Garneer het gerecht vlak voor het serveren met een handje verse koriander of peterselie voor een frisse smaak en een mooie afwerking.

Gember  
gemalen  
PT 26 GR

30012021

Couscous  
PK 275 GR

2265702

Uien groot  
NT 2 ST

3248027

Tomaten-  
blokjes  
BL 400 GR

3259852

Voordeelbak  
magere runderlappen  
BK 600 GR

10156017

Pruimen gedroogd  
ZK 375 GR

3239535

Kurkuma  
gemalen  
BS 47 GR

10078045

Paprika poeder  
BS 84 GR

32277762

Abrikozen  
gedroogd  
ZK 375 GR

3239534

## MEXICAANSE BONENSCHOTEL

400 gr bruine bonen  
300 gr maïskorrels  
1 rode paprika  
1 ui  
2 teentjes knoflook  
1 blik tomatenblokjes  
2 el tomatenpuree  
1 tl komijnpoeder  
1 tl paprikapoeder  
1 tl chilipoeder  
½ tl oregano  
1 el olijfolie  
peper en zout

Optioneel:  
koriander  
geraspte kaas  
1 el zure room

1. Verhit de olijfolie in een grote pan. Fruit de fijngesneden ui en fijngehakte knoflook 2-3 minuten tot ze glazig zijn.
2. Voeg de in blokjes gesneden paprika toe en bak 3-4 minuten mee.
3. Roer de tomatenpuree, komijnpoeder, paprikapoeder, chilipoeder (naar smaak) en oregano erdoor. Bak kort mee voor extra smaak.
4. Voeg de tomatenblokjes, bruine bonen (uitgelekt) en maïs (uitgelekt) toe. Roer alles goed door.
5. Laat het geheel 15-20 minuten zachtjes pruttelen. Breng op smaak met wat peper en zout.
6. Garneer eventueel met koriander, geraspte kaas of een lepel zure room.

*Of bestel het gerecht kant-en-klaar via de banner in onze webshop!*



**ZORGMAALTIJD**  
Onderdeel van Zorgboodschap



Nieuwsgierig naar het recept van de Mexicaanse dipsauzen? Je vindt het op de volgende pagina!

Komijnzaad gemalen  
PT 37 GR  
**10036039**

Zure room  
BK 125 GR  
**50065591**

Tomatenpuree  
BL 70 GR  
**3259817**

Bruine bonen  
PT 720 GR  
**1006495**

Chilipoeder  
PT 35 GR  
**10078021**

Olijfolie  
traditioneel  
FL 250 ML  
**3238312**

Tomaten-  
blokjes  
BL 400 GR  
**3259852**

Maïskorrels  
BL 300 GR  
**3228394**

Paprika poeder  
BS 48 GR  
**32277762**

Geraspte kaas  
jong beleggen  
PK 175 GR  
**10069133**

*iBuen*  
**PROVECHO!**

# Mexicaanse DIPSAUZEN

Breng de smaken van Mexico naar je eigen keuken! Met deze frisse dipjes zet je in een handomdraai een kleurrijke en heerlijke toevoeging op tafel.



## RANGE DRESSING

**200 ml zure room**  
**100 ml mayonaise**  
**50 ml karnemelk**  
**1 teentje knoflook**  
**1 el verse peterselie**  
**1 el verse bieslook**  
**½ tl uienpoeder**  
**½ tl gedroogde dille**  
**1-2 tl citroensap**  
**peper en zout**

1. Doe de zure room, mayonaise en karnemelk in een kom.
2. Roer alles glad tot een romige dressing.
3. Voeg de geperste knoflook, fijngehakte peterselie en bieslook, uienpoeder en gedroogde dille toe.
4. Meng goed door elkaar.
5. Breng op smaak met zout, peper en citroensap.
6. Laat de dressing minimaal 30 minuten afgedekt in de koelkast rusten zodat de smaken goed kunnen intrekken.

## GUACAMOLE

**2 rijpe avocado's (of diepvries)**  
**1 kleine rode ui**  
**1 tomaat**  
**1 teentje knoflook**  
**1 limoen**  
**1 groentebouillonblokje**  
**koriander**  
**½ rode peper (optioneel)**  
**peper en zout**

1. Halveer de avocado's, verwijder de pit en schep het vruchtvlees in een kom.
2. Prak de avocado grof of fijn met een vork, naar gewenste structuur.
3. Voeg de zeer fijn gesneden rode ui, de in blokjes gesneden tomaat zonder zaadjes, de fijngehakte knoflook, het uitgeperste limoensap en de koriander toe. Optioneel kan nog een ½ rode peper, zeer fijngehakt, worden toegevoegd.
4. Meng alles goed door elkaar.
5. Breng op smaak met het groentebouillonblokje, peper en eventueel rode peper.
6. Proef even en voeg indien nodig extra limoensap of zout toe.



## TOMATEN- SALSA

**1 rode paprika**  
**1 kleine rode ui**  
**1 teentje knoflook**  
**2 el tomatenpuree**  
**1 blik tomatenblokjes**  
**1 limoen**  
**1-2 el verse koriander**  
**½ rode peper (optioneel)**  
**2-3 el water**  
**peper en zout**

1. Meng in een kom de tomatenpuree met de tomatenblokjes en voeg eventueel water toe voor een iets dunnere saus.
2. Voeg het limoensap toe en roer goed door.
3. Doe de in blokjes gesneden paprika, fijn gesneden rode ui, geperste knoflook en rode peper (optioneel) erbij.
4. Voeg de fijngehakte koriander en zout en peper naar smaak toe.
5. Meng alles goed door elkaar.
6. Laat de salsa minimaal 20 minuten afgedekt in de koelkast rusten zodat de smaken goed kunnen intrekken.

# GEZOND & LEKKER snacken

Zomers snacken was nog nooit zo lekker. Met deze gezonde en slimme keuzes geniet je van smaakvolle tussendoortjes die perfect passen bij warme dagen.



# Zomer TEELT

Aubergine  
onbewerkt  
1 ST  
10149000



Courgette  
1 ST  
10149202



Venkel  
1 ST  
10149147



Sperziebonen  
onbewerkt  
DS 5 KG  
10149194



Paprika mix  
ZK 3 ST  
10149204



Trostomaten  
ZK - PRIJS/KG  
30039677



Chioggia  
bieten  
DS 1000 GR  
50070377



Zomer op het bord begint bij kleur. Diep paars van aubergine, zonnig geel van paprika, frisgroen van courgette en knapperige sperziebonen. Het zijn de tinten die niet alleen het oog verleiden, maar ook de eetlust prikkelen.

In deze tijd van het jaar zijn groenten op hun best: vol van smaak, rijk aan voedingsstoffen en dichtbij geteeld

Bij Zorgboodschap geloven we dat goede voeding begint bij de basis: verse ingrediënten, het juiste seizoen en aandacht voor de bereiding. Werken met seizoensgroenten betekent werken met wat de natuur op dat moment te bieden heeft. Dat proef je. Een sappige tomaat die rijpt in de zon, een venkelknol met een subtiele anijssmaak, of chioggia bietjes met hun verrassende tekening van binnen. Elk ingrediënt vertelt zijn eigen verhaal.

Binnen de zorg draait voeding om meer dan alleen voedingswaarde. Het gaat om herkenning, comfort en genieten. Een bord dat er uitnodigend uitziet, wekt herinneringen op en nodigt uit tot eten. Juist die kleine momenten maken een groot verschil in het dagelijks leven van bewoners en cliënten.

Door bewust te kiezen voor seizoensproducten brengen we niet alleen variatie en smaak in de keuken, maar dragen we ook bij aan een duurzame voedselketen. Vers van het land, met aandacht bereid, dat is de kracht van zomerteelt. Laat de zomer spreken. Op het bord, en aan tafel.

Als iets er goed uitziet en lekker ruikt, zie je meteen dat mensen meer zin krijgen om te eten.



# ZOMERSE picknick

Ook deze zomer staan wij weer voor je klaar met de lekkerste en gezondste producten! Alles voor een geslaagde picknick in de zon.



**Tortilla wraps 6st.**  
Rollen maar  
ZK 320 GR  
**3229530**



**Gerookte kipfilet**  
Eiwitrijk en lekker  
ZK ca. 400 GR  
**10156212**

**Hüttenkäse**  
Bevat veel eiwitten  
BK 400 GR  
**9856501**



**Turks brood**  
Voor op de borrelplank  
PK 500 GR  
**3260888**

**Pasta kip-pesto  
salade rul**  
Niet te missen  
EM 2500 GR  
**30000282**



**Mango-passie smoothie**  
Bewuste keuze  
FL 250 ML  
**50037120**



**Watermeloen mini**  
Dorstlessend  
1 ST  
**10149058**



**Tzatziki**  
Heerlijke dip  
BK 250 GR  
**9316523**

**Snacktomaat  
beker**  
Gezond en lekker  
BK 250 GR  
**10149457**



## CONVENIENCE MET KARAKTER

*Meer rendement uit elke maaltijd*

In elke zorgomgeving, van woongroep tot zorgrestaurant, moet de keuken dagelijks kwaliteit leveren terwijl teams met wisselende bezetting en tijdsdruk werken. De maaltijdcomponenten van De Kroes bieden een solide basis. Ze zijn ambachtelijk bereid, betrouwbaar van smaak en binnen tien minuten serveerklar. Dat brengt rust, voorspelbaarheid en meer ruimte voor persoonlijke aandacht aan bewoners en gasten.

Herkenning, stabiliteit en smaak zijn essentieel. Onze convenience oplossingen zijn zorgvuldig ontwikkeld, voorzien van heldere ingrediënten- en allergendeclaraties en hebben een langere houdbaarheid waardoor derving én kosten dalen. Zo blijft elke maaltijd consistent van kwaliteit, ongeacht wie hem bereidt.

Wij combineren ambacht en eenvoud in een breed assortiment: van kruidige stoofgerechten en Hollandse stampotten tot wereldse curry's en hybride gehaktballen. Alles is klaar voor gebruik en geeft het keukenteam de mogelijkheid tijd te besparen, kosten te verlagen en toch een onderscheidende maaltijdbeleving te bieden.



**Rundergehaktbal met oesterzwam**  
BK 75/90 GR  
**65007262**

*Nieuw!*

*Hybride gehaktbal*  
Gemaakt van gekruid rundergehakt, oesterzwammen en kikkererwten voor een ambachtelijke structuur én een duurzamere keuze.

### Multi-use gastronomie

Convenience betekent niet dat je je eigen signatuur verliest. Integendeel, de maaltijdcomponenten van de Kroes geven juist de vrijheid om te variëren in weekmenu's. Denk aan loaded fries met rendang, een krachtige jachtschotel, of een personeelsmaaltijd met spaghetti bolognese.

De Kroes levert een compleet aanbod, passend bij elk moment van de dag en voor elke zorgsetting.

- Woongroepen: eenvoudige bereiding voor verzorgers en bewoners en toch goede kwaliteit.
- Afdelingen en teams: continuïteit en wisselende personeelsmaaltijden.
- Zorgrestaurants: snelheid tijdens piekmomenten zonder concessies aan uitstraling.



# Frissen DESSERTS

ZOET, VERFRISSEND, MAAR VOORAL LEKKER!

## Plantaardige IJSJES



Strawberry  
cheesecake  
PK 3 ST  
3247374

Choco  
brownie  
PK 3 ST  
3247202

Plantaardig ijs  
cookie dough  
beker  
DS 12 x 125 ML  
50037168

Plantaardig ijs  
karamel  
zeezout beker  
DS 12 x 125 ML  
50037167

Plantaardig ijs  
vanille smaak  
beker  
DS 12 x 125 ML  
50037166

# Verfrissende IJSJES

Even extra afkoelen deze zomer? Met deze verfrissende, overheerlijke mix aan ijsjes zet jij een feestje op tafel als dessert, of gewoon lekker tussendoor!



## FROZEN YOGHURT

**400 gr Griekse yoghurt**  
**100 gr frambozen**  
**100 gr aardbeien**  
**2 el honing of suiker**  
**1 tl vanille-extract**  
**50 ml aardbeiensaus**  
**verse munt (optioneel)**

1. Doe het mengsel van Griekse yoghurt, frambozen, aardbeien, honing of suiker en het vanille-extract in een diepvriesbestendige bak en zet het in de vriezer.
2. Roer elke 30-40 minuten goed door om ijskristallen te breken ( $\pm$  3-4 uur).
3. Serveer de frozen yoghurt met een lepel aardbeiensaus erover.
3. Garneer eventueel met extra fruit of verse munt voor een mooi effect.

## MAKE- YOUR TASTE ICE-CREAM

**500 ml vanille roomijs**  
**100-150 gr koekjes (verkruid)**  
**of 150-200 gr fruit (diepvries of gepureerd)**

1. Laat het roomijs ietwat zacht worden (ongeveer 5-10 minuten op kamertemperatuur) zodat het goed roerbaar is, maar nog wel bevroren.
2. Doe het ijs in een grote mengkom.
3. Voeg de verkruidde koekjes of het gepureerde fruit toe.
4. Roer voorzichtig tot het geheel gelijkmatig gemengd is.
5. Doe het mengsel terug in de diepvriesbestendige bak.
6. Vries 2-4 uur in tot het weer stevig is.



## KLASSIEKE SORBET

**500 ml Sprite**  
**2 bolletjes sorbetijs**  
**(bijv. citroen en framboos of mango en aardbei)**  
**1 blik gemengd fruit ( $\pm$  400 gr)**  
**aardbeiensaus**  
**slagroom (optioneel)**

1. Verdeel het uitgelekte fruit over 4 glazen.
2. Voeg 1-2 bolletjes sorbetijs toe aan elk glas.
3. Giet voorzichtig de Sprite erbij zodat het sorbetijs een beetje smelt en een schuimend effect krijgt.
4. Garneer af met aardbeiensaus en eventueel slagroom.

**Sprite no sugar**  
FL 500 ML

1647930

**Fruitcocktail**  
**lichte siroop**  
BL 425 ML

3243128

**Aardbei roomijs**  
BK 1000 ML

3236665

**Slagroom**  
**sputbus**  
BS 250 GR

3265168

**Digestive biscuit**  
RL 400 GR

1311484

**Frambozen**  
PK 125 GR

10149053

**Yoghurt**  
**Griekse stijl**  
KP 500 GR

3237987

**Vanille**  
**roomijs**  
PK 1000 ML

3236668

**Aardbeien**  
BK 250 GR

10149044

*Creatief*  
**TOETJE TOE**

# ORANJE borrel

Maak je klaar voor een zomerse oranje borrel! Met deze lekkere én gezellige producten uit onze webshop scoor jij gegarandeerd punten tijdens het WK voetbal.

**Oranje tafelkleed**  
Oranje boven!  
RL 50 MT  
10029545



**Kaasblokjes  
Gouda jong  
belegen**  
Zo op tafel  
BK 165 GR  
50013428



**Decoprikkers 8 cm,  
Nederlandse vlag**  
Prik 'm!  
PK 500 ST  
10029183



**Tortilla chips  
nacho cheese**  
Top keuze!  
ZK 165 GR  
1269895



**Mini  
worstenbroodjes**  
Brabants  
genieten  
ZK 320 GR  
3243782

**Ola Split ijsjes**  
Fris en fruitig  
PK 9 ST  
50015977



**Kaastengels oude kaas**  
Geliefde bites  
PK 60 ST  
30003345



**Kip borrelboutjes**  
Kiplekker!  
BK ca. 2000 GR  
10098991



**Cocktailnoten  
mild**  
Lekker  
knapperig  
ZK 300 GR  
1276697



# Gosaaaal! SNACKS SCOREN

**Snack  
paprika**  
EM-200 GR  
10149209

**Oven  
bitterballen**  
PK 12 ST  
3236682

**Saté gehakt-  
balletjes**  
BK 320 GR  
9118462

**Bugles  
naturel**  
ZK 125 GR  
1484117

**Kaasblokjes  
extra oud**  
BK 165 GR  
50013429

**Wokkels  
paprika**  
ZK 100 GR  
1331353

**Piccolini  
salami**  
PK 9 ST  
9213791

**Greene  
olijven  
knoflook**  
BK 130 GR  
3240850

**Fuet-  
worstjes**  
BK 70 GR  
50064433

**Cocktail-  
noten mild**  
ZK 300 GR  
1276697



**Zorgboodschap**  
Wasbeekerlaan 9  
2171 AE Sassenheim

071 - 711 4320

[info@zorgboodschap.nl](mailto:info@zorgboodschap.nl)  
[www.zorgboodschap.nl](http://www.zorgboodschap.nl)

 **ZORGBOODSCHAP**  
Onderdeel van Boon Food Group