

Bitterbal gefrituurd



1 stuk **35 kcal**
5 stuks **175 kcal**



Zoute stokjes

1 stokje **4 kcal**
25 stokjes **100 kcal**

Tuc®



1 stuk **20 kcal**
5 stuks **100 kcal**

Chips naturel



handje (10 gr) **54 kcal**
zakje (25 gr) **136 kcal**

Light chips
handje (10 gr) **49 kcal**

www.viedietist.nl

HAPJES BIJ DE BORREL

Olijven



1 stuk **2 kcal**
10 stuks **20 kcal**

Pinda's gezouten



handje (10 gr) **63 kcal**
klein schaaltje (25 gr) **156 kcal**

Borrelnootjes



handje (10 gr) **55 kcal**
klein schaaltje (25 gr) **137 kcal**

Japanse mix



met pinda
handje (10 gr) **42 kcal**
zonder pinda
handje (10 gr) **39 kcal**

Zalm



3 toastjes met zalm
108 kcal

vie
voeding in evenwicht

Leverworst



1 plakje (10 gr)
29 kcal
3 plakjes
87 kcal

Kaas 48+



1 blokje (10 gr)
37 kcal
6 blokjes
222 kcal

Rauwkost



schaaltje (170 gram)
31 kcal

Filet Américain



3 toastjes
met filet **132 kcal**

DRANKJES TIJDENS DE BORREL



Bier

bierglas (250 ml)

Alcoholarm	58 kcal
Alcoholvrij	65 kcal
Pils	115 kcal
Blond	115 kcal
Bruin	115 kcal



<i>Jenever</i>	borrelglas (35 ml)	70 kcal
<i>Liqueur</i>	borrelglas (35 ml)	102 kcal
<i>Cider</i>	flesje (230 ml)	127 kcal
<i>Rum cola</i>	(250 ml)	173 kcal
<i>Breezer</i>	flesje (275 ml)	204 kcal
<i>Margarita</i>	cocktail (250 ml)	455 kcal

Sap

longdrinkglas
(250 ml)



Gezoet sap

bijv.: Dubbeldrank®,
multivitaminedrank **135 kcal**

Puur sap

bijv.: appelsap, sinaasappelsap,
Coolbest vitaday Original®,
multivitaminesap **115 kcal**

Water met ca. 50% sap

bijv.: Roosvicee 50/50®,
Dubbelfriss 30% minder
suiker®, Coolbest vitaday
Original light® **70 kcal**



Whisky

35 ml **86 kcal**

Frisdrank

longdrinkglas (250 ml)



Regular

Cola - Sinas -
7up® - Cassis® **103 kcal**

Tonic **90 kcal**

Light/zero

Sinas - 7up® -
Cassis® - Crystal clear® **3 kcal**

Cola - Tonic **0 kcal**



Wijn

groot wijnglas (150 ml)

Witte wijn	101 kcal
Rosé	107 kcal
Rode wijn	123 kcal
Zoete witte wijn	144 kcal



IJsthee

longdrinkglas
(250 ml)

Regular	75 kcal
Light	3 kcal



Mineraal water

met of zonder koolzuur **0 kcal**