

**Kruidnootjes**

35 gram

# SINTERKLAAS LEKKERNIJEN

**Roomboter  
borstplaat**



**150 kcal**



**Zwarte Piet**

60 gram

**150 kcal**



**Sinterklaas**

60 gram

**150 kcal**

**Kikkers  
en muizen**

3 stuks



**150 kcal**

**Stuk  
chocolade**



**150 kcal**

20 gram



3 stuks **150 kcal**

**Banketstaaf**

25 gram



**150 kcal**

**Gevuld  
speculaas**

25 gram



**150 kcal**

**Taai taai**

2 stuks - 20 gram



**150 kcal**

**Schuimpjes**

3 stuks ca. 35 gram



**150 kcal**

**Pepernoten**

40 gram



**150 kcal**

**Marsepeine  
aardappeltjes**

6 stuks



**150 kcal**

[www.viedietist.nl](http://www.viedietist.nl)



**Hulstblaadjes**

30 gram

**DECEMBER**

**Kerstkransjes**

melk

**LEKKERNIJEN**

**Appelbeignet**

100 gram



**150 kcal**

**Roomboter  
kransjes**

mix 3 stuks



4 stuks

**150 kcal**

**Appelflap**

100 gram



**150 kcal**

**Kerststol  
amandel**

met boter 90 gram



**150 kcal**

**Kerstschuim**

met chocolade



**150 kcal**

**Oliebol** zonder  
suiker

75 gram



**150 kcal**



**150 kcal**



3 stuks

**150 kcal**

**Kop  
chocolademelk**  
met slagroom



**150 kcal**

**Oliebol** met  
suiker

75 gram



**150 kcal**

**Meringue  
schelpen** 2 stuks



**150 kcal**

**Glas  
champagne**

**150 kcal**



**Tulband cake**

50 gram



**150 kcal**

[www.viedietist.nl](http://www.viedietist.nl)

**vieo**  
voeding in evenwicht