

## Grafieken kant en klaarmaaltijden

### Achtergrond

- Bij deze productgroep is gekeken naar de mogelijkheden van reductie van het totale zout- en het verzadigd vetgehalte. Van de productgroep zijn twee subcategoriën onderzocht:
  1. Italiaanse maaltijden, onderverdeeld in:
    - a) Pastamaaltijden
    - b) Lasagne.
  2. Oosterse maaltijden, onderverdeeld in:
    - a) Oosterse maaltijden bestaande uit één gevulde zetmeelcomponent (bijv nasi)
    - b) Oosterse maaltijden bestaande uit meerdere componenten (bijvoorbeeld witte rijst met babi pangang of nasi goreng met sate ayam)

Binnen deze subcategoriën zijn weer verdere onderverdelingen gemaakt in verband met de specifieke samenstelling van de diverse sauzen (zie powerpointsheets).

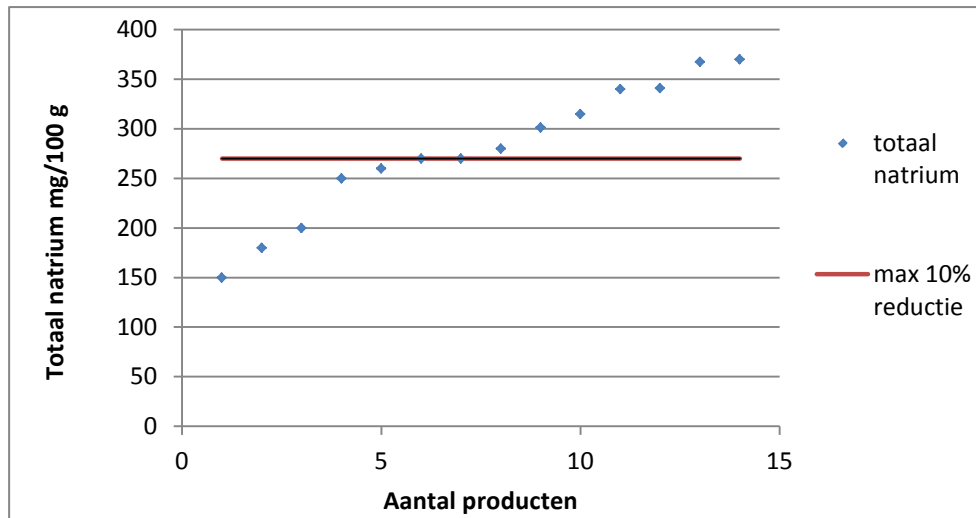
Van alle (sub)categoriën zijn productspecificaties verzameld van het verzadigd vet- en het totale zoutgehalte.

# TOTAAL NATRIUM

# 1. ITALIAANSE MAALTIJDEN

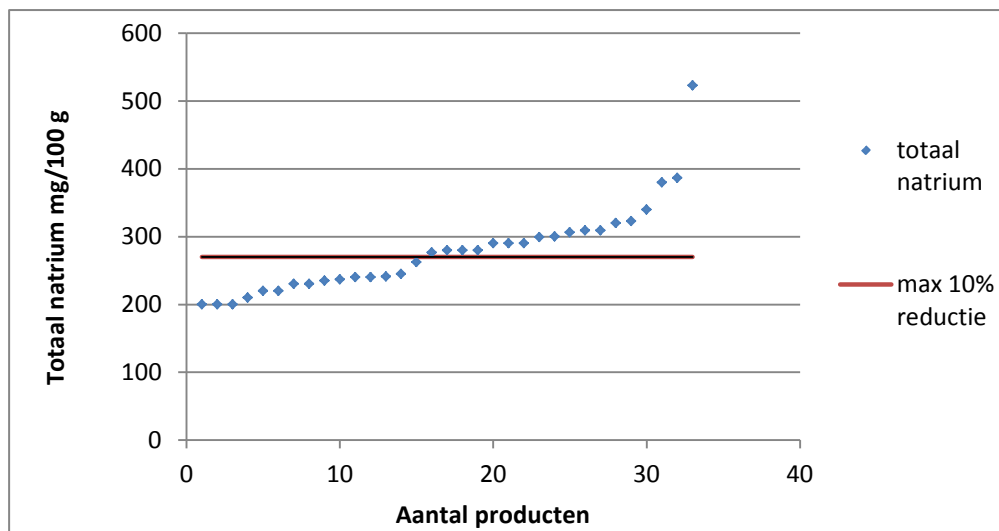
## 1a. Pastamaaltijden

### 1ai Saus met kaas



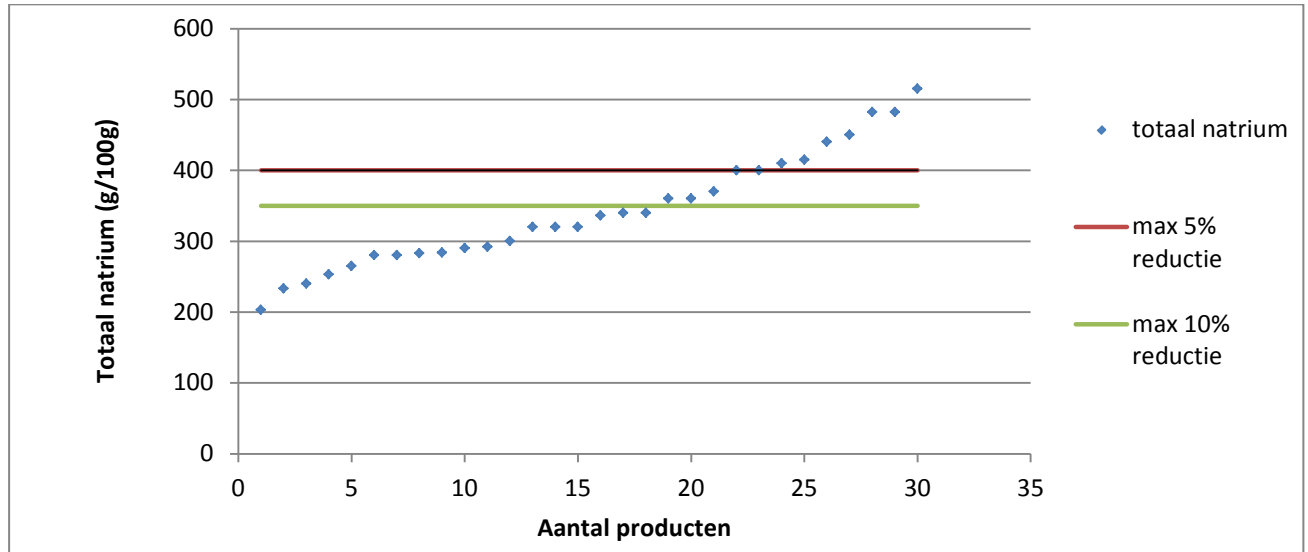
Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 278 mg	Nw gemiddelde: 250 mg
Hoogste: 370 mg	Nw maximum: 270 mg
Laagste: 150 mg	Producten aanpassen: 7 van 14

### 1aii Overige pastamaaltijden



Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 279 mg	Nw gemiddelde: 251 mg
Hoogste: 523 mg	Nw maximum: 270 mg
Laagste: 200 mg	Producten aanpassen: 18 van 33

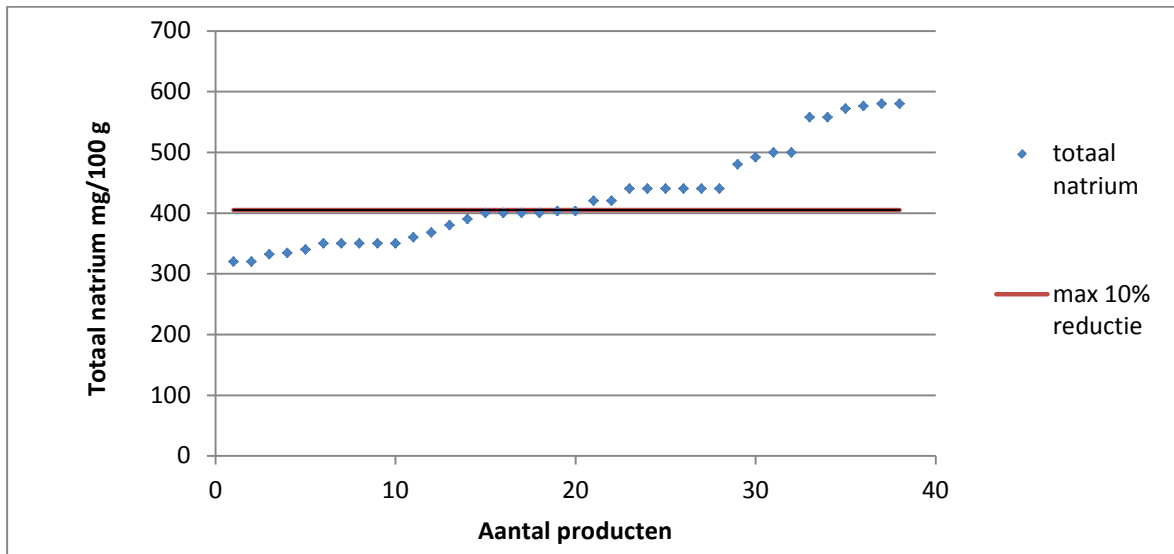
## 1b Lasagne



Huidig	Reductie 5% 1 <sup>e</sup> fase*	Reductie 10% 2 <sup>e</sup> fase
Gemiddelde: 342 mg	Nw gemiddelde: 325 mg	Nw gemiddelde: 308 mg
Hoogste: 515 mg	Nw maximum: 388 mg	Nw maximum: 340 mg
Laagste: 203 mg	Producten aanpassen: 9 van 30	Producten aanpassen: 12 van 30

## 2. OOSTERSE MAALTIJDEN

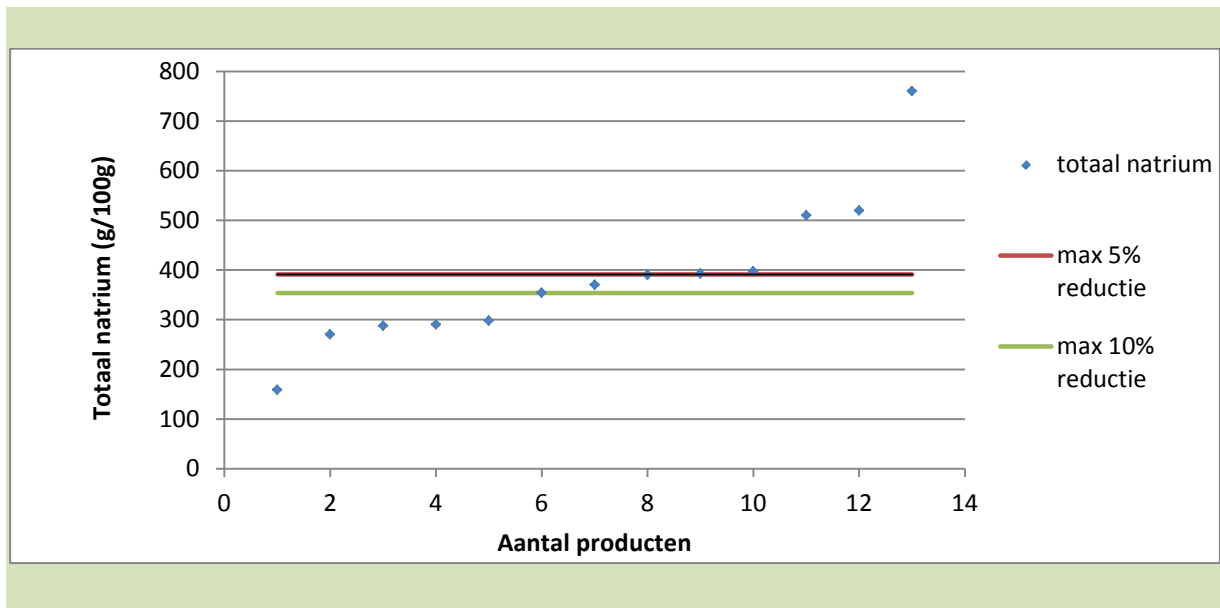
### 2a. Oosterse maaltijd bestaande uit één gevulde zetmeelcomponent



Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 426 mg	Nw gemiddelde: 383 mg
Hoogste: 580 mg	Nw maximum: 405 mg
Laagste: 320 mg	Producten aanpassen: 18 van 38

## 2b Oosterse maaltijden bestaande uit meerdere componenten

### 2bi Saus op basis van ketjap

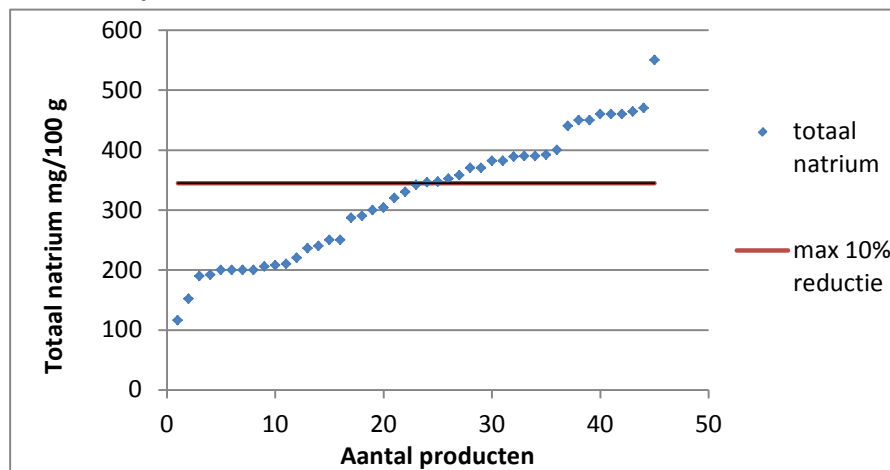


Huidig	Reductie 5%	Reductie 10%
Gemiddelde: 353 mg*	Nw gemiddelde: 336 mg	Nw gemiddelde: 318 mg
Hoogste: 760 mg	Nw maximum: 391 mg	Nw maximum: 354 mg
Laagste: 159 mg	Producten aanpassen: 5 van 13	Producten aanpassen: 7 van 13

\*Bij het berekenen van het gemiddelde hebben we de hoogste waarde uitgesloten, omdat deze het gemiddelde onevenredig beïnvloedde.

## 2b Oosterse maaltijden bestaande uit meerdere componenten

### 2bii Saus op basis van tomaten of vet

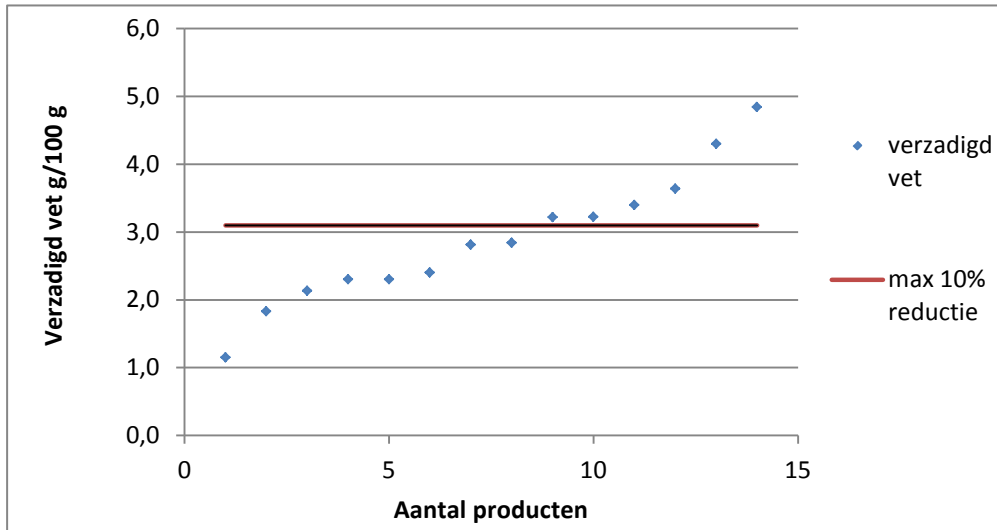


Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 323 mg	Nw gemiddelde: 291 mg
Hoogste: 550 mg	Nw maximum: 345 mg
Laagste: 116 mg	Producten aanpassen: 22 van 45

# TOTAAL VERZADIGD VET

## 1a. Pastamaaltijden

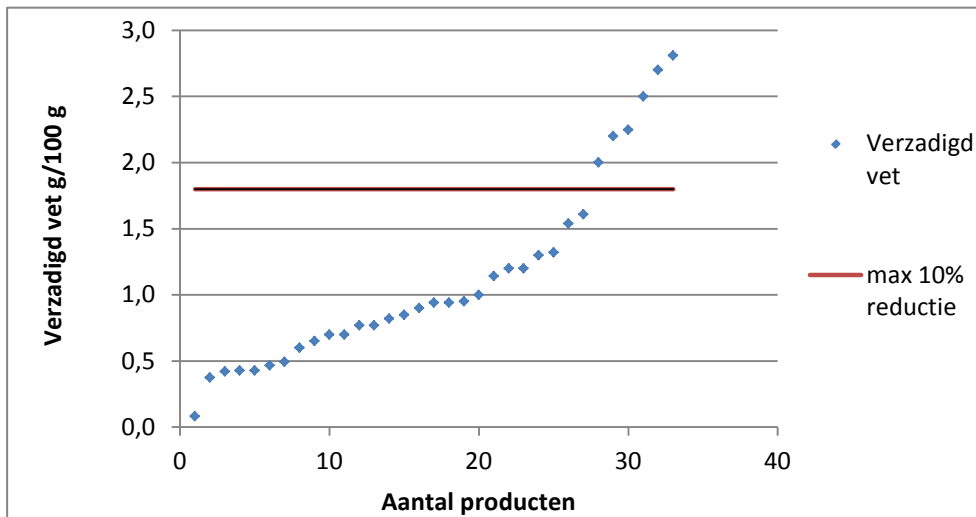
### 1ai. Pastamaaltijden met kaas



Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 2,9 g	Nw gemiddelde: 2,6 g
Hoogste: 4,8 g	Nw maximum: 3,1 g
Laagste: 1,2 g	Producten aanpassen: 6 van 14

## 1a. pastamaaltijden

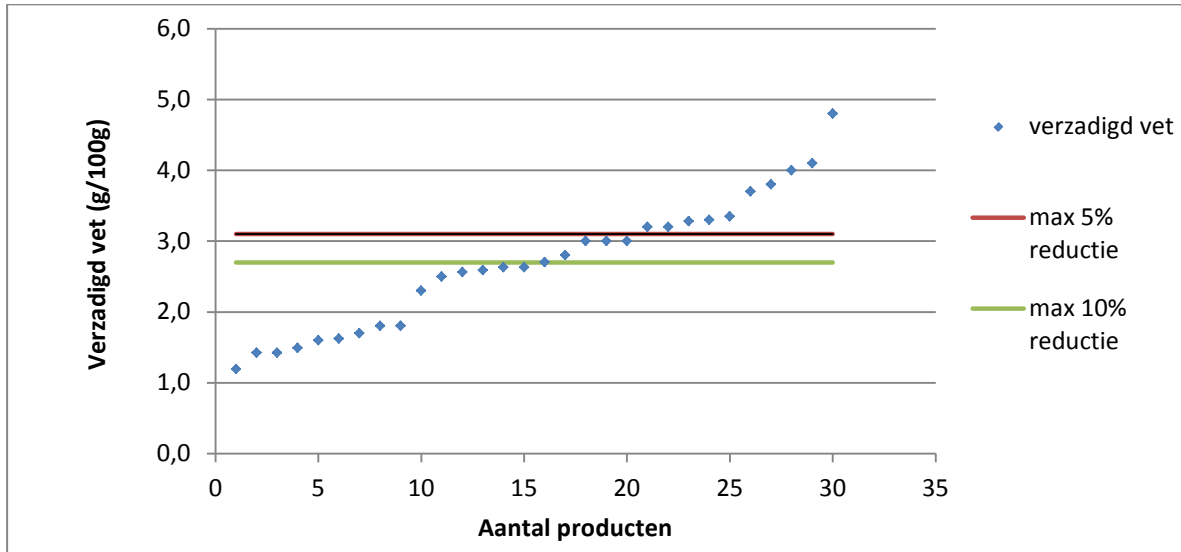
### 1aii. overige pastamaaltijden



Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 1,1 g	Nw gemiddelde: 1 g
Hoogste: 2,8 g	Nw maximum: 1,8 g
Laagste: 0,1 g	Producten aanpassen: 6 van 33



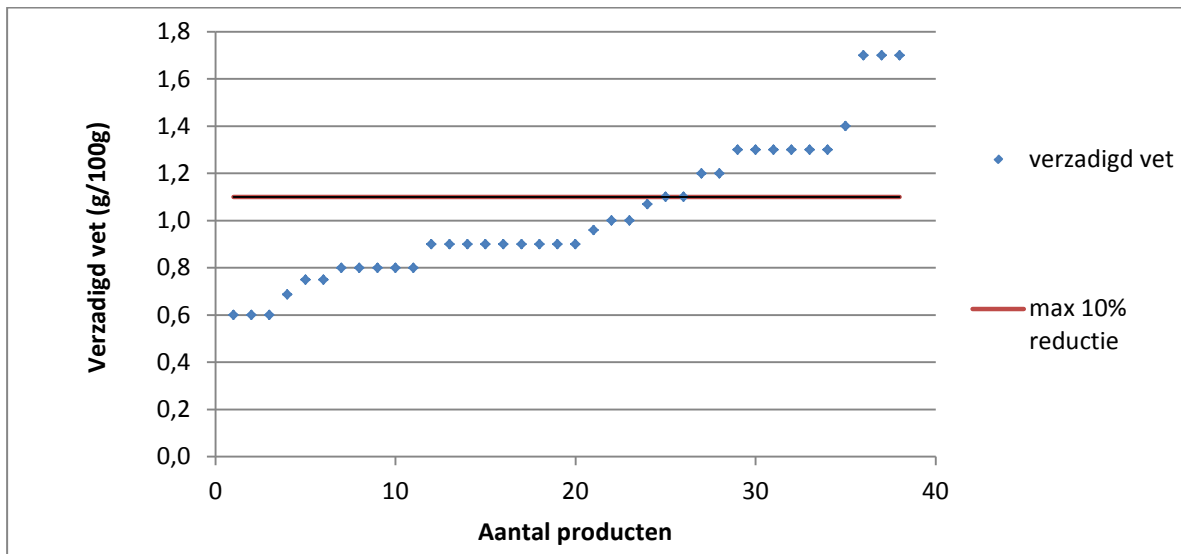
## 1b. Lasagne



Huidig	Reductie 5% 1 <sup>e</sup> fase*	Reductie 10% 2 <sup>e</sup> fase
Gemiddelde: 2,6 g	Nw gemiddelde: 2,5 g	Nw gemiddelde: 2,3 g
Hoogste: 4,8 g	Nw maximum: 3,1 g	Nw maximum: 2,7 g
Laagste: 1,2 g g	Producten aanpassen: 10 van 30	Producten aanpassen: 14 van 30

## 2. OOSTERSE MAALTJEDEN

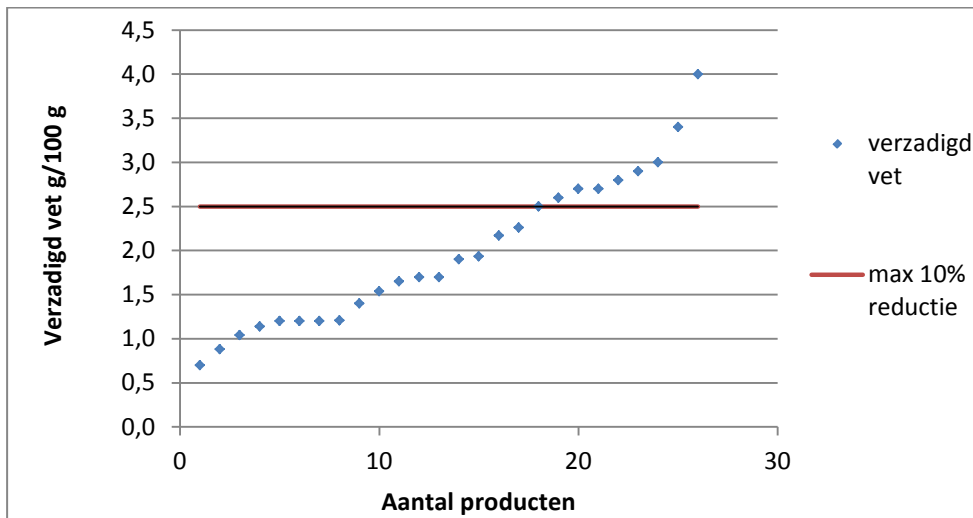
### 2a. Oosterse maaltijden bestaande uit één gevulde zetmeelcomponent



Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 1,0 g	Nw gemiddelde: 0,9 g
Hoogste: 1,7 g	Nw maximum: 1,1 g
Laagste: 0,6 g	Producten aanpassen: 12 van 38

## 2b Oosterse maaltijden bestaande uit meerdere componenten

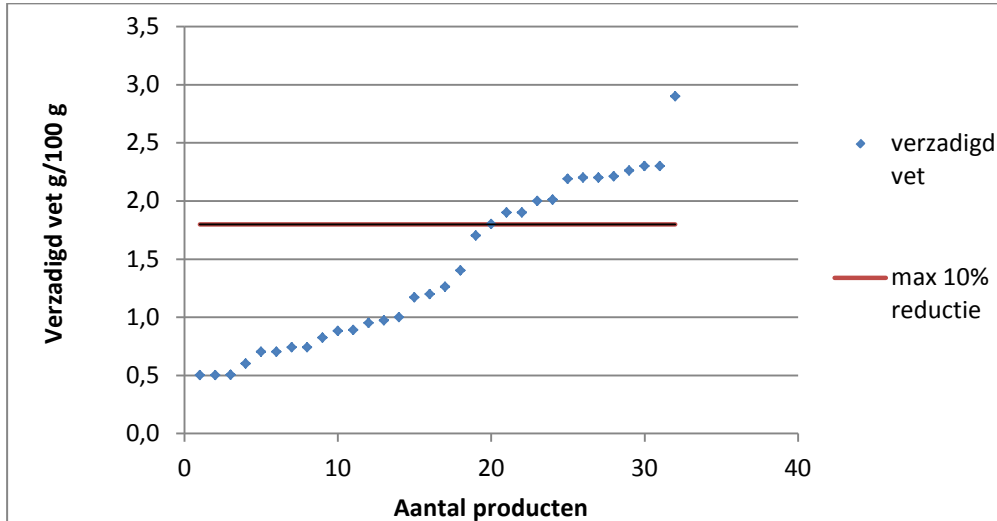
### 2bi. Saus op basis van vet



Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 2 g	Nw gemiddelde: 1,8 g
Hoogste: 4 g	Nw maximum: 2,5 g
Laagste: 0,7 g	Producten aanpassen: 8 van 26

## 2b Oosterse maaltijden bestaande uit meerdere componenten

### 2bii. saus op basis tomaat of ketjap



Huidig	Reductie 10%
Gemiddelde: 1,4 g	Nw gemiddelde: 1,3 g
Hoogste: 2,9	Nw maximum: 1,8 g
Laagste: 0,5 g	Producten aanpassen: 12 van 32

## Lijst met producten die meegenomen zijn in de inventarisatie

### 1. ITALIAANSE MAALTIJDEN

#### 1a. Pastamaaltijden

##### 1ai Saus met kaas

Canneloni ricotta spinazie  
Farfalle Gorgonzola  
Macaroni Ham-Kaas  
Pasta carbonara  
Pasta Gorgonzola  
Pasta kip mascarpone  
Pasta Kruidenkaas  
Pasta Mascarpone  
penne carbonara  
Risotto met Parmezaanse kaas  
Tagliatelle Carbonara

#### 1a. Pastamaaltijden

##### 1aii Overige maaltijden

Cappeletti pomodoro  
Macaroni  
Macaroni Bolognese  
Macaronischotel rund  
Macaronischotel rundergehakt  
Ossobuco  
Pasta bolognese  
Pasta funghi  
Pasta kip pesto  
Paste Salmone  
Penne pittige bolognese  
Penne Zalm  
Schelpmacaronischotel  
Spaghetti  
Spaghetti bolognese  
Spaghetti tomatensaus met balletjes  
Spaghettschotel rund  
tagliatelle pesto  
Tagliatelle pesto kip  
tagliatelle pikant vlees  
Tagliatelle Zalm  
Vegetarische macaronischotel  
Venkelratatouille met falafelballetjes met orzo

#### 1b. Lasagnes

Lasagne bolognese  
lasagne gesorteerd rund  
Lasagne groenten  
Lasagne met kaassaus  
Lasagne met pittig gehakt  
Lasagne pittig gekruid rundergehakt cherry tomatensaus  
Lasagne Provençale

Lasagne rijkgevuld  
Lasagne Traditionele  
Lasagne verde  
Lasagne Volkoren  
Lasagne zalm  
lasagne gesorteerd kaas  
lasagne gesorteerd varken  
Ovenlasagne bolognese met rundergehakt

## 2. OOSTERSE MAALTIJDEN

### **2a. Oosterse maaltijden bestaande uit één gevulde zetmeelcomponent**

Bami  
Bami Goreng  
Bami goreng gewokt  
Indische Bami  
Indische Nasi  
Indonesische bami  
Indonesische nasi  
Kip Tandoori  
Mihoen Goreng  
Mihoen goreng gewokt  
Nasi Goreng  
Nasi goreng gewokt  
Rijkgevulde Bami met kip  
Rijkgevulde Nasi met kip

### **2b Oosterse maaltijden bestaande uit meerdere componenten**

#### **2bi. Saus op basis van ketjap**

Ajam betawi  
Ajam bumbu bali  
Ajam opor  
Aziatische maaltijd met witte rijst babi ketjap  
Babi Ketjap met Mihoen Goreng  
Babi ketjap pikante groenten met ananas/bami goreng  
Babi ketjap v met oosterse groenten/bami goreng  
Beef Teriyaki  
Kip ketjap koskosgroenten  
Mihoen babi ketjap  
Sambal goreng r met groenten/nasi goreng

#### **2bii. Saus op basis van tomaten**

Aziatische maaltijd met witte rijst kip zoetzuur  
Babi pangang atjar ananas/nasi goreng  
Babi Pangang met Bami Goreng  
Babi Pangang met Nasi Goreng  
Babi pangang v groenten met ananas/witte rijst  
Bami goreng met foe yong hai  
Foe Yong Hai met Nasi Goreng  
Foe Yong Hai Mihoen  
Foe yong hai v tchap tjoy/nasi  
Groene curry met jasmijnrijst  
Kip tandoori met basmatirijst

Koe loe yuksaus r oosterse groenten/bami goreng  
Oosterse maaltijden tikka masala  
Rendang padang  
Rode curry met jasmijnrijstg

**2biii. Saus op basis van vet**

Ajam -ketjap kedelai  
Ajam pedis  
Aziatische maaltijd met witte rijst kip kerrie  
Aziatische maaltijden nasi/ajam saté  
Babi pangang, Saté ajam en Bami goreng  
Bami goreng met sate babi  
Daging rendang bas  
Daging rendang met witte rijst en sambal boontjes  
Kip in rode curry met jasmijnrijst  
kip laksa  
Kip-Kerrie Witte Rijst  
Lemon curry garnaal/rijst  
Nasi goreng met sate babi  
Oosterse 2-vaks maaltijden rode curry  
Oosterse maaltijden groene curry  
Red Curry Kip met Pandan rijst  
Rendang rijsttafel  
Sate ajam gado gado  
Sate Ajam met Bami Goreng  
Saté Ajam met Nasi Goreng  
Singapore met kip  
Tikka masala met basmatirijst