

Maaltijdvoorzieningen in de gemeente Nijkerk 2019

Inleiding

Met het document maaltijdvoorzieningen willen wij u informatie geven over de maaltijdmogelijkheden voor mensen van 55 jaar en ouder in de gemeente Nijkerk.

We beginnen met een aantal algemene suggesties waarbij u kunt denken aan kant-en-klaar maaltijden van supermarkten of burens, familie of vrijwilligers die een maaltijd voor u willen bereiden. Voor een lunch of warme maaltijd kunt u tussen de middag terecht bij verschillende woonzorgcentra. Daarnaast kunt u voor een maaltijd terecht bij de Keurslager in Nijkerk of Hoevelaken.

Tot slot kunt u rechtstreeks of via een thuiszorg- of welzijnsorganisatie maaltijden bestellen bij landelijke maaltijdverstrekkers. Er worden verschillende maaltijden aangeboden door de maaltijdverstrekkers. De meeste maaltijden zijn vriesvers maaltijden. De vriesvers maaltijden worden direct na bereiding diep ingevroren. Daarnaast zijn er vers-op-maat en koelvers maaltijden. Deze maaltijden worden na het bereiden direct gekoeld, maar niet ingevroren. Deze maaltijden zijn minder lang en in de koelkast houdbaar.

Eén maaltijdverstrekker biedt superieure maaltijden aan. Deze maaltijden zijn voorzien van een exclusief stukje vlees of vis, voor als u eens iets anders wilt.

Inhoudsopgave

Algemene suggesties.....	3
Supermarkten.....	3
Buren, familie en vrijwilligers	3
Boodschappenbus UVV	3
Voedselbank	3
Voedselbank - eetgroep	4
Uit eten in Nijkerk	5
Arkemheen	5
Huize Sint Jozef.....	6
De Pol/ Zilverstaete.....	7
Uit eten in Hoevelaken	8
Grand Café De Haen	8
De Stoutenborgh.....	8
Verrassingsmaaltijd	8
Kookgroep maandag.....	9
'Koken op zondag'	10
Bezorgdienst in Nijkerk.....	11
Keurslager Tim de Gier.....	11
Bezorgdienst in Hoevelaken.....	12
Keurslager Steltenpool.....	12
Bezorgdienst in Amersfoort	13
Vers & Avond Gemak.....	13
Landelijke bezorgdiensten	14
Vers aan Tafel.....	14
Apetito.....	15
Food Connect.....	16
Uitgekookt	18
Eten met Gemak.....	19
Icare Ledenvereniging	22
Beweging 3.0/Leef3.nu.....	22
Thuiszorg de GeZusters.....	23

Algemene suggesties

Supermarkten

Kunt u nog zelf boodschappen doen of heeft u iemand die boodschappen voor u haalt, dan kunt u voor kant-en-klaar maaltijden ook naar één van de supermarkten. Vrijwel alle supermarkten verkopen diverse kant-en-klaar maaltijden zoals maaltijden met aardappels, groenten en vlees, stampotten, Oosterse maaltijden en Italiaanse maaltijden.

Daarnaast kunt u bij diverse supermarkten online bestellen, u kunt de boodschappen tegen vergoeding thuis laten bezorgen. Zie website van de supermarkt bij u in de buurt.

Buren, familie en vrijwilligers

Regelmatig horen wij van ouderen dat zij afspraken hebben gemaakt met buren, familie of een vrijwilliger om voor hen te koken.

Boodschappenbus UVV

Iedere woensdagmorgen vanaf 10.15 uur en vrijdagmiddag vanaf 13.15 uur vertrekt een boodschappenbus naar het centrum van Nijkerk. De mensen worden van huis opgehaald en naar het Molenplein in Nijkerk gebracht. Daar kan men winkelen, waarna de bus de passagiers weer thuis brengt. Een retourtje kost € 5,- per persoon. Een tip: bij **supermarkt Jumbo** krijgt u € 2,- korting op uw boodschappen als u met de boodschappenbus reist. Ook staat er koffie met wat lekkers voor u klaar bij Jumbo.

Projectleider: Rien Haverlach

Contactpersonen: Fred van Beek en Eric Pijnenburg

Tel: 033-2460115 (bereikbaar op werkdagen van 8.30 uur -11.30 uur)

E-mail: boodschappenbus@uvv-nijkerk.nl

Voedselbank

Aanmelden voor de voedselbank kan op woensdagmiddag tussen 14.00 uur -15.00 uur bij de Voedselbank. De Voedselbank is gevestigd in de Torenstraat bij de Grote Kerk Nijkerk. De ingang kunt u vinden via de parkeerplaats aan de achterkant. De pakketten worden in Nijkerk op woensdagochtend samengesteld en op woensdagmiddag uitgedeeld. In Hoevelaken is de voedselbank gevestigd in Dorpshuis De Stuw.

U wordt verzocht om uw bankafschriften van de laatste drie maanden mee te nemen. Aan de hand van uw bankafschriften wordt gekeken of u in aanmerking komt. Om te bepalen of er recht bestaat op een voedselpakket wordt er gekeken naar het besteedbaar inkomen. Het besteedbaar inkomen is het netto-inkomen minus de vaste lasten. Het basisbedrag per huishouden is in 2019 vastgesteld op € 180,- per maand. Voor ieder persoon binnen het huishouden wordt een (extra) bedrag van € 70,- gehanteerd. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de Voedselbank.

Deze informatiebrochure is een uitgave van stichting Sigma Nijkerk

Voedselbank - eetgroep

Er zijn ook 2 eetgroepen bij de voedselbank. Deze zijn op maandag en donderdagavond om 18.00 uur. De kosten zijn € 1,50 per maaltijd. Om in aanmerking te komen voor een eetgroep hoeft u niet ingeschreven te zijn bij de voedselbank. Criteria is wel dat u alleen woont.

Voedselbank Nijkerk: Torenstraat 2-4, Nijkerk

Contactpersoon: Jan Brons en Ineke Brons

Tel: 06-51699659/06-14567491

E-mail: stichting.ezer@gmail.com

Uit eten in Nijkerk

Arkemheen Gasterij 'De Mheent' Maximahof 87 3862 JP Nijkerk Tel. 06-10006020 www.amaris.nl	
Voor wie	Mensen van 55 jaar en ouder.
Keuze uit	Menu Elke dag wordt een aantrekkelijk dagmenu samengesteld. Ook kunt u een drankje bestellen, zoals koffie, thee, frisdrank of wijn.
Dieet-mogelijkheden	Ja, dieetwensen een dag van tevoren voor 10.00 uur doorgeven.
Prijs	Voor actuele prijzen kunt u contact opnemen met Amaris Arkemheen
Reserveren	Aanmelden is wel wenselijk, liefst één dag van tevoren.
Wanneer	Openingstijden Maandag t/m vrijdag 10.30 -14.00 uur Zaterdag 11.00 -14.00 uur Zondag 11.00 -14.00 uur
Betalen	Pinnen
Annuleren	Dieetmaaltijden kunnen niet geannuleerd worden.
Overig	Het restaurant kan maximaal vijftig personen tegelijk ontvangen. Dagelijks maken ruim veertig bewoners van het woonzorgcentrum gebruik van het restaurant. Als niet alle plaatsen bezet zijn, kunnen senioren uit de wijk aanschuiven. U kunt zich aanmelden door telefonisch contact op te nemen via bovenstaand nummer. Plaats voor grotere groepen is er niet meer en 's avonds kan er niet warm worden gegeten. Op dinsdagmiddag rond 17.00 uur wordt er een gezamenlijke broodmaaltijd verzorgd in samenwerking met 's Heeren Loo. Ook hiervoor zijn senioren uit de wijk van harte uitgenodigd om zich aan te melden.

Huize Sint Jozef

Seniorenrestaurant 'De Heerd'

Huserstraat 6

3861 CK Nijkerk

Tel. 033-2477666

www.beweging3.nl

Voor wie	Mensen van 55 jaar en ouder
Keuze uit	U kunt hier de warme maaltijd gebruiken. Alle dagen van de week kunt u een keuze maken uit 2 complete menu's of u stelt uw eigen menu samen.
Prijs	Een complete maaltijd kost € 9,10 (soep, hoofdgerecht, appelmoes en nagerecht). Er kan ook een eigen menu worden samengesteld, waardoor de prijs af kan wijken. Voor de actuele prijzen kunt u contact opnemen met Huize Sint Jozef.
Reserveren	Het wordt aangeraden om bij groepen van vier personen of meer te reserveren.
Wanneer	Dagelijks van 12.00 uur -13.15 uur
Betalen	Guesten dienen per pin te betalen of kunnen, indien lid van Leef3.nu, gebruik maken van een automatische incasso.
Annuleren	Dieetmaaltijden kunnen niet geannuleerd worden.
Overig	U kunt zich aanmelden door telefonisch contact op te nemen via bovenstaand nummer. U kunt aangeven wanneer u wilt komen eten. Als u de hele week wilt komen kunt u dit aangeven en wordt u voor de hele week op de restaurantlijst gezet.
"Eten wat de pot schaft"	<p>In het restaurant kunnen bewoners uit de wijk "Eten wat de pot schaft". Iedere donderdag om 17.00 uur zijn "buren" vanaf 45 jaar welkom in de Heerd voor een eenvoudige, maar gezellige maaltijd. De kosten bedragen € 4.00. U kunt zich opgeven via de receptie van Sint Jozef.</p> <p>"In het restaurant kunt u 's middags de warme maaltijd gebruiken. 's Ochtends & 's avonds serveren wij een broodmaaltijd. Familie en vrienden kunnen als u dit aangeeft, tegen een kleine vergoeding aanschuiven. Elke maand organiseren we de Gezellige Tafel. Senioren uit de wijk zijn van harte welkom voor ontmoeting en eten. Elke woensdag- en zondagmiddag bent u tussen 14.00 en 17.00 uur welkom in ons grand café. Voor een hapje, een drankje en gezelligheid."</p>

Deze informatiebrochure is een uitgave van stichting Sigma Nijkerk

De Pol/ Zilverstaete

Restaurant 'Bruisend hart'

Vetkamp 85

3862 JN Nijkerk

Tel. 033-4692113

www.beweging3.nl

infopunt.depol@beweging3.nl

Voor wie	Mensen van 55 jaar en ouder
Keuze uit	<u>Diverse arrangementen</u> : koffie, gebak, lunch, menu arrangementen, prettig samenzijn.
Dieet-mogelijkheden	U kunt, uiterlijk twee dagen van tevoren, dieetwensen doorgeven.
Prijs	
Reserveren	Het wordt bij de warme maaltijd aangeraden om te reserveren vanaf twee personen.
Wanneer	Het restaurant is dagelijks open van 08.00 uur -20.00 uur
Betalen	Pinnen
Annuleren	Dieetmaaltijden kunnen niet geannuleerd worden.
Overig	<p>U kunt zich aanmelden door telefonisch contact op te nemen via bovenstaand nummer. U kunt aangeven wanneer u wilt komen eten.</p> <p>"Restaurant 'Het Bruisend Hart' is het centrale ontmoetingspunt van De Pol. Hier kunt u genieten van een groot assortiment hapjes en drankjes. Eten kunt u op de woongroep, maar u bent ook welkom in het restaurant. Familie en vrienden zijn ook welkom om aan te schuiven. Bij mooi weer is het terras open. Het restaurant is dagelijks open van 08.00 tot 20.00 uur."</p>

Uit eten in Hoevelaken

Grand Café De Haen
'Aanschuifmaaltijd'
De Brink 10-A
3871 AM Hoevelaken
Tel. 033-2530377
www.de-haen.nl

Voor wie	Alle leeftijden
Wanneer	Iedere donderdag om 18.00 uur
Dieet-mogelijkheden	Alle dieetwensen kunnen besproken worden
Prijs	€ 11,00 per persoon inclusief een drankje (prijswijziging voorbehouden)
Aanmelden	Aanmelden is niet noodzakelijk, maar wel gewenst. U kunt zich aanmelden door telefonisch contact op te nemen via bovenstaand nummer.

De Stoutenborgh
Verrassingsmaaltijd zaal 'De Kopperhof'
Sportweg 25
3871 HK Hoevelaken
Tel. Sigma: 033-2474830
www.sigma-nijkerk.nl

Voor wie	Mensen van 55 jaar en ouder.
Wanneer	Elke eerste donderdag van de maand, vanaf 12.00 uur
Keuze uit	Twee keuzemogelijkheden. Elke maand keuze uit twee hoofdgerechten en één nagerecht.
Dieet-mogelijkheden	Dieetwensen kunnen vooraf doorgeven worden, tot uiterlijk de maandag vóór de maaltijd.
Prijs	€ 9,00 (inclusief één glas drinken vooraf en koffie na). (prijswijziging voorbehouden)
Reserveren	Aanmelden bij Sigma, tot uiterlijk 11.30 uur op de maandag vóór de maaltijd.
Betalen	Contant
Annuleren	Wanneer de afmelding tijdig heeft plaatsgevonden dan kan nog geannuleerd worden tot maandag 11.30 uur in de week van het buffet. Hierna is annuleren niet meer mogelijk.

	Mocht u zich aangemeld hebben voor het buffet en u verschijnt niet, dan worden de kosten van het buffet á € 9,00 aan u doorberekend.
Overig	U kunt zich aanmelden door telefonisch contact op te nemen via bovenstaand nummer of via info@sigma-nijkerk.nl

De Stoutenborgh

Kookgroep maandag, zaal 'De Kopperhof'

Sportweg 25

3871 HK Hoevelaken

Tel. Sigma: 033-2474830

www.sigma-nijkerk.nl

Voor wie	Mensen van 55 jaar en ouder.
Wanneer	Elke maandag 16.00 uur -18.30 uur.
Keuze uit	Door vrijwilligers van de SWOH kookgroep wordt het menu samengesteld.
Dieet-mogelijkheden	Als er eventueel dieetwensen zijn, dit graag doorgeven bij aanmelding.
Prijs	€ 6,50 (waarvan €1,40 eigen bijdrage voor Sigma)
Reserveren	Aanmelden bij Sigma, tot uiterlijk 12.00 uur op vrijdag voor de komende maandag.
Betalen	Contant
Annuleren	Wanneer de afmelding tijdig heeft plaatsgevonden dan kan nog geannuleerd worden tot uiterlijk maandag 10.00 uur.
Overig	Aanmelden via Sigma kan tot uiterlijk 12.00 op donderdag vóór de maaltijd van maandag. Opgave voor de maaltijd is noodzakelijk, in verband met het beperkte aantal plaatsen. U kunt zich aanmelden door telefonisch contact op te nemen via bovenstaand nummer of info@sigma-nijkerk.nl

De Stoutenborgh

'Koken op zondag' zaal 'De Kopperhof'

Sportweg 25

3871 HK Hoevelaken

Tel. Sigma: 033-2474830

www.sigma-nijkerk.nl

Voor wie	Mensen van 55 jaar en ouder.
Wanneer	Elke eerste zondagmiddag van de maand.
Tijd	Vanaf 15.00 uur inloop, de maaltijd start rond 17.30 uur.
Dieet-mogelijkheden	Alle dieetwensen kunnen besproken worden.
Prijs	€ 6,50 per persoon per keer, inclusief een kopje koffie of thee. Exclusief overige consumpties. (prijswijziging voorbehouden)
Aanmelden	U kunt zich aanmelden door telefonisch contact op te nemen via bovenstaand nummer.

Bezorgdienst in Nijkerk

Keurslager Tim de Gier Wheemplein 87 3861 BB Nijkerk Tel. 033-2451376 www.timdegier.keurslager.nl	
Keuze uit	Mensen kunnen de maaltijd volledig zelf samenstellen. Voorbeeld: stampotten, aardappels/groenten/vlees, Italiaans of Oosters. Daarnaast zijn er ook bestellijsten, deze kunnen per post of e-mail worden toegestuurd.
Verwarmen	In magnetron, oven of koekenpan
Houdbaarheid	Koelkast: minimaal drie dagen Diepvries: minimaal twee tot drie maanden
Dieet-mogelijkheden	Alle dieetwensen kunnen besproken worden (bijvoorbeeld zoutarm of koolhydraatarm).
Prijs	Alle maaltijden zijn € 1,25 per 100 gram. U kunt zelf aangeven hoeveel gram u wilt. Toeslag van ongeveer € 1,50 voor een stuk vlees. Voor actuele prijzen kunt u contact opnemen met Keurslager Tim de Gier, zie bovenstaand telefoonnummer.
Bestellen	Telefonisch: via 033-2451376 Internet: via www.timdegier.keurslager.nl
Uiterste besteldag	Minimaal één dag van tevoren vóór 12.00 uur.
Bezorgen	Er wordt iedere dag tussen 11.00 en 12.30 bezorgd (alleen in Nijkerk, overige gemeenten in overleg)
Betalen	Contant, pinnen of via een factuur
Annuleren	's Ochtends voor 9.00 uur. Dieetmaaltijden kunnen niet worden geannuleerd.
Bezorgkosten	Bij afname van drie maaltijden is bezorging gratis, anders € 2,50.

Bezorgdienst in Hoevelaken

Keurslager Steltenpool

Westerdorpstraat 9

3871 AT Hoevelaken

Tel. 033-2536055

www.steltenpool.keurslager.nl

Keuze uit	Keurslager Steltenpool heeft dagelijks ongeveer 16 verschillende maaltijden beschikbaar in de winkel. Inwoners uit Hoevelaken kunnen deze telefonisch bestellen of afhalen in de winkel. In Hoevelaken wordt er thuisbezorgd.
Bereiding	Keurslager Steltenpool maakt gebruik van seizoensproducten en bereiden hun maaltijden op grootmoeders wijze. Alle maaltijden worden vers bereid in eigen keuken.
Porties	Keurslager Steltenpool gelooft niet in vaste porties, iedereen heeft eigen behoeften. Zij zijn daarom flexibel in portiegroottes.
Prijs en informatie	Voor actuele prijzen en informatie over de verschillende maaltijden kunt u contact opnemen met Keurslager Steltenpool.
Bestellen (inwoners van Hoevelaken)	Telefonisch: via 033-2536055 Persoonlijk afhalen in de winkel

Bezorgdienst in Amersfoort

Vers & Avond Gemak Leeghwater 23 3825MR Amersfoort 033-2026756	
Keuze uit	Vers & Avond Gemak maaltijden worden dagelijkse vers bereid. Deze maaltijden kunnen worden afgehaald of thuisbezorgd, zowel koud als warm. Elke dinsdag wisselt het menu, om het seizoensgebonden en gevarieerd te houden. Er is elke week keuze uit gemiddeld 10/20 gerechten inclusief vegetarische gerechten. Ook kunnen er snacks en toetjes besteld worden.
Verwarmen	In magnetron, oven of koekenpan
Houdbaarheid	De houdbaarheid is 48 uur
Dieet-mogelijkheden	Geen dieetmogelijkheden.
Prijs	De prijs is afhankelijk van de maaltijd. (voorbeeld: stampot met rundergehaktbal is € 7,25 / sperziebonen kipkerrie met rijst is € 7,75)
Bestellen	Telefonisch: via 06-22567698 Online via www.versenavondgemak.nl of www.thuisbezorgd.nl
Uiterste besteldag	kan op de dag zelf een uur van te voren nog besteld worden
Bezorgen	Bezorging binnen het uur na bestelling (warm). De maaltijden kunnen ook koud bezorgd worden, daar kunnen tijdsafspraken over gemaakt worden. Deze maaltijden zitten in een verpakking die in de magnetron kan. Bezorgkosten: € 2,50 per bezorging. Boven de € 20,00 is de bezorging gratis. Voor vaste klanten kunnen prijsafspraken maken.
Betalen	Betaling: Pinnen mogelijk, op rekening of contant betalen

Landelijke bezorgdiensten

<p>Vers aan Tafel Lemelerbergweg 47 1101 AM Amsterdam Tel. 020-4897241 E-mail voor informatie: E-mail voor bestellingen: <u>www.versaantafel.nl</u></p> <p style="text-align: right;">Tel. klantenservice: 0900-6666123 <u>info@versaantafel.nl</u> <u>orders@versaantafel.nl</u></p>	
Keuze uit	Alle maaltijden zijn al voor u samengesteld. Er is keuze uit meer dan 150 maaltijden. Naast de reguliere maaltijden van circa 500 tot 600 gram, zijn er ook speciale kleine maaltijden van maximaal 400 gram. Binnen de kleine maaltijden kunt u kiezen uit ongeveer 20 maaltijden. U kunt gemakkelijk een selectie maken door uw favoriete keuken te selecteren (Hollands, Italiaans, Werelds, Oosters etc.). Voor alle gerechten kunt u kijken op de website.
Verwarmen maaltijden	In oven of magnetron. U kunt de maaltijd direct nadat u hem uit de vriezer heeft gehaald, verwarmen.
Houdbaarheid	Koelverse maaltijden: Bij levering 7dagen houdbaar in de koelkast. Vriesvers en superieure maaltijden: Bij levering minimaal twee maanden houdbaar in de diepvries.
Dieet-mogelijkheden	De dieetmaaltijden worden speciaal gekookt voor mensen die een (medisch) dieet volgen. Zo zijn er zoutarme maaltijden, waarbij tijdens het koken en bereiden geen zout aan wordt toegevoegd. Voor mensen die niet meer of moeilijk kunnen slikken, zijn er ook gemalen maaltijden. Voor meer informatie over dieetmogelijkheden kunt u contact opnemen met de klantenservice.
Prijs	De prijs is afhankelijk van de maaltijd. (voorbeeld: Boerenkoolstampot met spekjes en gesneden rookworst is € 5,95 / Lasagne Bolognese is € 4,95 / Babi ketjap met bami is € 6,55) Naast de maaltijden zijn er ook soepen en toetjes te bestellen. (prijswijziging voorbehouden)
Bestellen	U kunt op verschillende manieren uw bestelling plaatsen. Via de telefoon (085-4016444), per post, per e-mail of via de website www.versaantafel.nl .

Deze informatiebrochure is een uitgave van stichting Sigma Nijkerk

Bezorgen	Op een vaste dag in de week wordt er thuisbezorgd. U bepaalt in welke week de maaltijden bezorgd worden.
Bezorgkosten	Gratis bezorging
Betalen	De maaltijden betaalt u direct online via iDeal of via pin bij de bezorging.
Annuleren	Tot 1 dag voor levering kunnen de maaltijden telefonisch geannuleerd worden.
Overige	De Tafeltje dekje maaltijden van Vers aan Tafel moeten altijd minimaal 6 maaltijden besteld worden, zodat ze goed in onze maaltijddozen passen. Dus 6, 12 of 18 maaltijden enzovoort. Dit geldt ook voor soepen en desserts. Er is geen wekelijkse bestelverplichting. U bepaalt zelf hoe vaak en wanneer u bestelt.

Apetito

Nordhornsestraat 118

7591 BH Denekamp

Tel. klantenservice 0800-0232975 (gratis)

Tel. 0900-4142434 (€ 0,10 p/min.)

www.apetito.nl

Bestellen: www.apetito-shop.nl

Keuze uit	In Nijkerk en Hoevelaken levert Apetito vriesverse maaltijden. U kunt bij apetito kiezen uit meer dan 130 vriesverse maaltijden. Van de Hollandse pot tot internationale gerechten er is voor elk wat wils! Er zijn maaltijden met vlees of met vis, stampotten, halal, pannenkoeken en vegetarische gerechten. U kunt ook kiezen voor een dinerdoos. Hierin zitten 7 verschillende maaltijden. Daarnaast is er een aanvullend assortiment van soepen en desserts.
Verwarmen maaltijden	In oven of magnetron. Op het etiket van iedere maaltijd en soep staat de betreffende bereidingstijd.
Houdbaarheid	Minimaal drie maanden houdbaar in de diepvries
Dieet-mogelijkheden	Gepureerd, kauw- en slikproblemen, natriumarm, cholesterolaarm, glutenvrij, ei-vrij en melkeiwit- en lactosevrij. Voor meer informatie over dieetmogelijkheden kunt u contact opnemen met de klantenservice.
Prijs	De dinerdozen zijn per doos van 7 stuks geprijsd. Deze kosten tussen de € 40,- en € 50,-. Vriesverse maaltijden zijn verkrijgbaar vanaf € 5,69 per maaltijd.

Deze informatiebrochure is een uitgave van stichting Sigma Nijkerk

	Als u lid bent van een organisatie waarmee Apetito samenwerkt, zoals een thuiszorgorganisatie of ouderenbond, dat heeft u mogelijk recht op korting.
Bestellen	Telefonisch: 0800 - 023 29 75 (gratis) (bereikbaar op maandag tot en met vrijdag van 08:00 - 18:00 uur) Invullen van bestellijsten: afgeven aan de servicechauffeurs Webshop: www.apetito-shop.nl
Uiterste besteldag	De bestelling kan tot één werkweek voor levering worden doorgegeven. Bent u vergeten te bestellen of zou u een keer sneller geleverd willen krijgen, dat kunt u contact opnemen met de klantenservice.
Minimale afname	Uw bestelling dient uit minimaal 7 maaltijden te bestaan.
Bezorgen	Op een vaste dag in de week, door een vaste servicechauffeur.
Betalen	Automatisch incasso, acceptgiro of maandelijks factuur van de maaltijden
Annuleren	Dinerdozen: tot één dag voor levering À la carte maaltijden: tot één week voor levering
Bezorgkosten	Gratis bezorging
Overige	Dinerdozen: De maaltijdboxen, met zeven maaltijden, worden vooraf door Apetito samengesteld À la carte maaltijden: U stelt zelf zeven verschillende maaltijden samen. Van veel maaltijden kan een extra grote portie besteld worden.

Food Connect

Plesmanweg 28

7602 PE Almelo

Tel. klantenservice: 0888-101010

klantenservice@foodconnect.nl

www.foodconnect.nl

Keuze uit	Bij Food Connect kunt u kiezen uit vers-op-maat gerechten en een vries-menu. Bij beide opties kunt u kiezen uit verschillende voor- hoofd en nagerechten. Bij vers-op-maat kunt u kiezen uit verschillende menu's en hierbinnen uw eigen gerecht samenstellen. U kunt dan binnen een bepaald menu kiezen voor een stuk vlees met daarbij aardappels, rijst of pasta en groente. Bij een vries-menu kunt u een menu kiezen en is het gerecht vooraf al samengesteld. Er is een ruim aanbod aan vries-menu gerechten (met vlees of vis, stampot, mediterrans, oosters, halal, zoutarm etc.). Het is ook mogelijk om zowel vers-op-maat gerechten als vriesverse maaltijden te
------------------	---

Deze informatiebrochure is een uitgave van stichting Sigma Nijkerk

	bestellen. Daarnaast is er een aanvullend assortiment van soepen en desserts.
Verwarmen	In oven of magnetron.
Houdbaarheid	Vers-op-maat: minimaal een week houdbaar in de koelkast Vries menu: minimaal tot de op het etiket vermelde datum houdbaar in de diepvries.
Dieet-mogelijkheden	Glutenvrij, vegetarisch, natriumarm, gesneden of gemalen. Voor meer informatie over dieetmogelijkheden kunt u contact opnemen met de klantenservice.
Prijs	Vers-op-maat: per maaltijd: € 5,69 - € 6,99 Afhankelijk van de samenstelling van het menu. Vries menu: Afhankelijk van het gerecht. Vanaf € 4,29 Prijswijziging voorbehouden. Voor actuele prijzen kunt u contact opnemen met de klantenservice.
Bestellen	U kunt de maaltijden op de volgende manieren bestellen: Telefonisch: via de klantenservice: 0888-101010 Op werkdagen te bereiken van 8.30 uur – 16.30 uur Op zaterdag te bereiken van 8.30 uur – 14.00 uur Internet: via de webshop of klantenservice@foodconnect.nl Persoonlijk: u kunt een papieren bestellijst invullen en deze afgeven aan de bezorger.
Uiterste besteldag	Vers-op-maat: uiterlijk één week voor de levering Vries menu: uiterlijk de ochtend voor de dag van de levering
Afname verplichting	Er is geen wekelijkse afname verplichting.
Bezorgen	Wekelijks op een vaste dag bij u thuis.
Betalen	Via automatisch incasso.
Annuleren	Tot vier dagen voor bezorging kosteloos.
Bezorgkosten	€ 2,45 per bezorging
Minimale afname	U dient minimaal vier maaltijden per bestelling af te nemen.
Overig	Er is ook een mogelijkheid tot het bestellen van verse boodschappen zoals; zuivel, vleeswaren, kaas, patés, boter, sojaproducten, dranken en sappen, rauwkost en salades. De boodschappen zijn te bestellen via een bestellijst of via de webshop. Bezorging van de boodschappen vindt gelijktijdig plaats met bezorging van de maaltijden.

Uitgekookt

Spoorstraat 45
8271 RG IJsselmuiden
Tel. 085-0406065
info@uitgekookt.nl

www.uitgekookt.nl

Keuze uit	<p>Elke dag vers, lekker, makkelijk en gezond! Verse bereiding, zonder kunstmatige toevoegingen. Ook voor vegetariërs & diverse diëten. Uitgekookt heeft een aanbod van 24 verschillende kant en klare maaltijden waar u elke week uit kunt kiezen. Ze bereiden hun maaltijden met de verse streekproducten uit hun eigen groentewinkel.</p> <p>Behalve maaltijden kunt u ook desserts, zuivel, salades, soepen en fruit bestellen. Deze producten worden dan tegelijk met de maaltijden bezorgd.</p> <p>Porties te bestellen: klein(350gr), middel(450gram) of groot(600gram)</p>
Verwarmen maaltijden	Verpakt in handige magnetronverpakking
Houdbaarheid	<p>Koelkast: 5 dagen Diepvries: 30 dagen</p> <p>Er wordt aangeraden om de maaltijden in de koelkast te bewaren, zodat er geen ijskristallen vormen en de maaltijd zijn smaak behoudt.</p>
Dieet-mogelijkheden	Bij de bereiding van uw maaltijd wordt er rekening gehouden met uw speciale dieetwensen. Zo kan er o.a. zoutarm of vetarm worden gekookt. Ook gemalen of vegetarische maaltijden zijn te bestellen.
Prijs	<p>Maaltijden vanaf € 6,65 Bijgerechten vanaf € 1,25 Maaltijdpakket met 5 maaltijden: € 31,95</p> <p>Nieuwe klanten kunnen een aantrekkelijke welkomstaanbieding aanvragen. Bij een bestelling van 3 maaltijden betaalt u dan maar € 12,50.</p> <p>Prijswijziging voorbehouden. Voor actuele prijzen kunt u contact opnemen met de klantenservice.</p>
Bestellen	<p>U kunt de maaltijden op de volgende manieren bestellen:</p> <p>Internet: via de website Telefonisch: via 038-3312999 Persoonlijk: de ingevulde maaltijdljsten kunnen aan de bezorger meegegeven worden.</p>

Deze informatiebrochure is een uitgave van stichting Sigma Nijkerk

Uiterste besteldag	De uiterlijke besteldag is de donderdag voorafgaande aan de week waarvoor u wilt bestellen. Is dit niet gelukt en wilt u alsnog maaltijden bestellen, kunt u contact opnemen om de mogelijkheden te bespreken.
Afname verplichting	Er is geen minimumaantal. De maaltijdservice kan geheel naar eigen wens ingevuld worden. Het is niet verplicht om wekelijks maaltijden af te nemen. Ook is het geen probleem als er een keer een week geen maaltijden nodig zijn. Wel moet dit tijdig doorgegeven worden.
Bezorgen	In Nijkerk bezorging op maandag en donderdag tussen 16.00 en 22.00 uur en dinsdag vrijdag tussen 8.30 uur en 12.30 uur.
Betalen	Achteraf maandelijkse factuur
Annuleren	Een week van tevoren
Bezorgkosten	Bezorging is gratis.
Overig	Alle maaltijden worden in eigen keuken vers bereid. Er worden geen conserveringsmiddelen aan de maaltijden toegevoegd.

Eten met Gemak

Familie Ooms

Zeist

Tel. 030-3035430

www.etenmetgemak.nl

Keuze uit	Eten met Gemak biedt een ruim assortiment van verse maaltijden aan, variërend van Hollandse tot aan Wereldse gerechten. Ook kunnen er voor- en nagerechten besteld worden. Met de verpakking van Eten met Gemak kunt u zelf uw maaltijd thuis opnieuw samenstellen. U kunt gemakkelijk het schaaltje van bijvoorbeeld het ene vlees inwisselen voor een ander stuk vlees. U heeft online de keuze uit maar liefst 143 verschillende hoofdgerechten (incl. diëten) en diverse voor-, bij- en nagerechten. Het is ook mogelijk om zelf een menu samen te stellen. Hiervoor kunt u contact opnemen met de contactpersoon.
Verwarmen en houdbaarheid	U ontvangt uw maaltijden in een handige verpakking, boven op deze maaltijd vindt u het etiket. Hierop staat o.a. de houdbaarheidsdatum en een verwarminstructie.
Dieet-mogelijkheden	Bij de bereiding van uw maaltijd wordt er rekening gehouden met uw speciale dieetwensen. Zo kan er o.a. glutenvrij, lactose beperkt, vegetarisch, zoutarm, vloeibaar of gemalen worden gekookt.

Deze informatiebrochure is een uitgave van stichting Sigma Nijkerk

	Voor mogelijkheden kan contact worden opgenomen.
Prijs	Soep: € 1,36 Hoofdgerecht: € 6,39 (rauwkost) salade: € 0,94 - € 1,36 Nagerecht: € 1,05 Prijswijziging voorbehouden. Voor actuele prijzen kunt u contact opnemen met de klantenservice.
Bestellen	U kunt de maaltijden op de volgende manieren bestellen: Internet: via de website (dit kan als gast of met een account) Persoonlijk: de ingevulde maaltijdlijsten kunnen aan de bezorger/contactpersoon meegegeven worden.
Bezorgen	Een vaste bezorger in uw regio bezorgt uw maaltijden wekelijks bij u thuis op een vaste dag en moment.
Betalen	De betaling van vaste menu's verloopt via iDeal De betaling van zelf samengestelde menu's verloopt achteraf, via automatische incasso.
Bezorgkosten	Bezorging is gratis.
Overig	Verse ingrediënten zijn de basis van de heerlijke maaltijden. De maaltijden worden wekelijks uitgebreid getest door de kwaliteitsdienst van Eten met Gemak.

<p>De DiepVriesMan De Smalle Zijde 52 3903 LR Veenendaal Tel. 0318-521600 info@diepvriesman.nl</p> <p style="text-align: right;">www.diepvriesman.nl</p>	
Keuze uit	Bij de DiepVriesMan kunt u dagverse diepgevroren ambachtelijke maaltijden, groenten, vlees en meer bestellen. Er zijn maaltijden met vlees en vis, stampotten, buitenlandse maaltijden, soepen en maaltijdenboxen te verkrijgen. Elke maaltijd bevat gemiddeld 170 gram gekookte groente, weinig zout en vet, maar wel het merendeel van de voedingsstoffen die u dagelijks nodig heeft. Bij de DiepVriesMan kunt u ook een maaltijdbox bestellen. Hier zitten 6 verschillende maaltijden in.
Verwarmen maaltijden	Verpakt in handige verpakkingen waarin de maaltijden gemakkelijk op te warmen zijn
Dieet-mogelijkheden	Er zijn geen speciale dieetmaaltijden. Wel zijn er zoutloze of vegetarische maaltijden te verkrijgen.

Deze informatiebrochure is een uitgave van stichting Sigma Nijkerk

Prijs	<p>De prijs verschilt per maaltijd (voorbeeld: gehaktbal met spinazie en gekookte aardappelen is € 11,25 / kipsate met bami is € 11,30).</p> <p>De prijs van een maaltijdenbox, met 6 maaltijden, verschilt van € 34,90 tot € 39,95.</p> <p>Prijswijziging voorbehouden Voor actuele prijzen kunt u contact opnemen met de klantenservice.</p>
Bestellen	U kunt de maaltijden via de website www.diepvriesman.nl bestellen. Ook kunt u de bestellijst (evt. samen met uw bezorger) invullen.
Afname verplichting	Er is geen minimumaantal. De maaltijdservice kan geheel naar eigen wens ingevuld worden.
Bezorgen	Op de site van diepvriesman wordt aangegeven dat er rekening mee moet worden gehouden dat de bezorging van de maaltijden maar eens in de zoveel tijd is. (precieze dagen of weken onbekend)
Betalen	U kunt online via iDeal betalen of betalen bij aflevering van de maaltijden.
Annuleren	Voor zover bekend is annuleren niet mogelijk. Mocht u niet tevreden zijn met het product, dan is het wel mogelijk om het product bij het volgende bezoek van de bezorger weer mee terug te geven. Bewaar uw product wel altijd in de vriezer.
Bezorgkosten	Bestelde producten boven de € 27,50 worden gratis thuisbezorgd.
Overig	De diepvriesmaaltijden zijn samengesteld naar richtlijnen van het voedingscentrum. Tijdens het bestellen van de maaltijden is het mogelijk om een account aan te maken en in te loggen, maar er kan ook worden besteld zonder een account aan te maken.

Bestellen via een thuiszorg- of welzijnsorganisatie

U kunt uw maaltijden ook bestellen via thuiszorg- of welzijnsorganisaties. Als u lid bent van een thuiszorg- of welzijnsorganisatie komt u vaak in aanmerking voor korting op maaltijden. Hieronder volgt een overzicht van een aantal thuiszorg- en welzijnsorganisaties en de bijbehorende maaltijdverstrekkers.

Icare Ledenvereniging

Icare ledenservice is de ledenvereniging van Icare. Icare levert maaltijden van Apetito. Kies uit het uitgebreide assortiment van heerlijke vriesverse maaltijden. Er zijn Hollandse en buitenlandse specialiteiten, soepen en desserts. Ook voor speciale diëten of voedingsgewoonten bent u bij maaltijdbezorger apetito aan het juiste adres. Als u lid bent van Icare ledenservice krijgt u 10% korting op de maaltijden van Apetito. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de ledenservice van Icare via tel. 088-3832000.

Een lidmaatschap kost slechts € 20,50 per kalenderjaar en biedt voor het hele huishouden toegang tot de producten en diensten van de Ledenvereniging.

Beweging 3.0/Leef3.nu

Leef3.nu is de ledenvereniging van Beweging 3.0. Voor maaltijden (en boodschappen) aan huis werkt Leef3.nu samen met Food Connect. Food Connect biedt een ruim aanbod aan zowel vers gekoelde als vriesverse gerechten én levert tevens verse boodschappen. De maaltijdservice van Leef3.nu heeft een ruim aanbod aan gerechten en een boodschappenservice. U bestelt eenvoudig uw gerechten (en boodschappen) die ze persoonlijk bij u thuis bezorgen. U kunt kiezen uit:

- Vers gekoelde gerechten: € 5,69 t/m € 6,99 per gerecht
- Vriesverse gerechten: vanaf € 4,29 per gerecht

De vers gekoelde gerechten kunt u geheel zelf samenstellen, waarbij u eenvoudig het stukje vlees of vis, aardappelen, rijst of pasta en groenten kiest. Zo stelt u zelf uw maaltijd samen uit een gevarieerd aanbod van Hollandse tot Wereldse gerechten. Voor de vriesverse gerechten hebben de koks van Food Connect de lekkerste gerechten alvast voor u samengesteld. Uw bestelde gerechten (en boodschappen) worden persoonlijk door vaste bezorgers bij u thuisbezorgd. De bezorging is gratis voor leden van Leef3.nu. Niet-leden betalen €2,45 per bezorging.

Voor meer informatie of als u zich wilt aanmelden, kunt u contact opnemen 0888 – 101010 en klantenservice@uwmaaltijd.nl

Thuiszorg de GeZusters

De GeZusters biedt in samenwerking met De Ober catering uit Hoevelaken de mogelijkheid om gebruik te maken van een warme maaltijdservice.

Maandelijks wordt een wisselend uitgebreide menulijst samengesteld. Er zijn voor de warme maaltijden vervolgens 3 verschillende keuze mogelijkheden:

- Senioren maaltijden (aangepaste hoeveelheid)
- Warme maaltijden (standaard hoeveelheid)
- À la carte (u heeft de mogelijkheid heeft zelf een maaltijd samen te stellen)

De maaltijden worden op een afgesproken tijd warm aangeleverd.

Heeft u een dieet wat u moet volgen of moet er rekening gehouden worden met allergieën? Ook dat is geen probleem. Als u dit vooraf kenbaar maakt dan wordt hiermee rekening gehouden.

Voor meer informatie kunt u contact op nemen met Thuiszorg de GeZusters of De Ober Catering (0342-415756/info@deober.nl)