

## Kasjroet-informatie – veel gestelde vragen

### **Wat is het verschil tussen geoorloofd en kosjer met hechsjer?**

De term "geoorloofd" of "toegestaan" betekent dat ons Kasjroetteam het product onderzoekt op basis van drie aspecten: 1. kennis van het productieproces van een dergelijk product; 2. de ingrediëntenlijst van het product en de kennis welke ingrediënten (on)geoorloofd zijn of problematisch kunnen zijn; 3. informatie van de specifieke fabrikant. Als alles in orde is, wordt het product als toegestaan beschouwd. Een product met een hechsjer daarentegen heeft een certificering die aangeeft dat er een audit heeft plaatsgevonden om het hele productieproces ter plaatse te bekijken, te beoordelen en indien noodzakelijk aan te passen. Ook wordt bepaald of bij iedere productie er een toezichthouder (masjgiach) tijdens de productie aanwezig moet zijn.

### **Waarom is “vegan” niet altijd toegestaan?**

Hoewel een product als vegan kan worden geclassificeerd, betekent dat niet automatisch dat het kosjer is. Dit komt doordat productieapparatuur vaak wordt gebruikt voor het produceren van vegan en niet-kosjere producten, zoals niet-kosjere vleesproducten. Weliswaar reinigt de fabriek tussendoor maar reinigen volgens de standaardprocedures is niet per se voldoende volgens de kasjroet regels. Daarom kan een vegan product alsnog niet kosjer zijn.

### **Waarom staan er geen kaasproducten op de Kasjroetlijst?**

Kaasproducten worden niet opgenomen op onze Kasjroetlijst vanwege de regel dat men in Nederland alleen kaas met een hechsjer consumeert. Een hechsjer op kaas wordt alleen verleend als bij de kaasproductie een masjgiach aanwezig is geweest. Zonder een hechsjer worden zuivelproducten die de status van kaas hebben, niet als kosjer beschouwd.

### **Wat is mehadrin?**

De M van mehadrin wordt naast een product vermeld als er geen enkele twijfel bestaat over de naleving van de strengste kasjroetnormen bij de vervaardiging van dit product. Dit wordt vastgesteld door rabbijnen en toezichthouders.

### **Wat is pas palter?**

- **Pas:** Dit betekent "brood" in het Aramees of Hebreeuws. In het modern Hebreeuws uitgesproken als 'pat'.
- **Palter:** Dit betekent "bakker," specifiek een niet-Joodse professionele bakker.

*Pas Palter* is toegestaan wanneer *Pas Yisroel* (brood gebakken door een Jood) niet gemakkelijk beschikbaar is. Deze regel is bedoeld om voedsel toegankelijk te maken terwijl de halachische normen in acht worden genomen.

### **Mag ik zomaar bevroren vis kopen?**

Bevroren vis mag alleen worden gekocht als de huid van de vis nog intact is. Hierdoor is de vissoort herkenbaar en kan de consument zien of het om een koosjere vissoort gaat. Een uitzondering hiervoor is zalm, deze mag ook gekocht worden zonder de huid.

Onderaan vindt u de lijst met kosjere vissen in allerlei talen.

### **E-nummers niet geoorloofd –**

E422, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 441, 445, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 481, 482, 483, 491, 492, 493, 494, 495

E542, 570, 571, 572, 573, 630, 631, 632, 633, 640, 915, 1000, 1518

E120, E163

**Algemene producten –**

Aardappelmeel- alle merken (p)

Bier- alle merken (p)

Bak meel, bloem of zelfrijzend meel- alle merken, van alle soorten meel (p)

Bakpoeder- alle merken (p)

Cacao poeder- alle merken (p)

Chocolade- ook pure chocolade, dient als melkkost te worden beschouwd, tenzij in de lijst anders wordt vermeld.

Eieren- **Kip kwarteleieren**

Kefir- alle merken

Koffie- alle merken m.u.v. toegevoegd smaak (p)

Melk- alleen als chalav yisroel niet beschikbaar is (m)

Muesli- droge muesli van alle merken (p)

Roomboter- alle merken (m)

Slagroom- alle merken in zuivere, opgeklopte vorm (m)

Tarwegriesmeel- alle merken (p)

Thee- alle merken (p)

Yoghurt- naturel – alle merken (m)

Zaden en pitten- alle merken mits ongebrand (p)

Groenten en fruit zijn van nature koosjer. Toch zijn er bij sommige soorten extra stappen nodig voordat u ze kunt eten, zoals het controleren op insecten of het grondig wassen.

## Kasjroet-checklist: Fruit & Groenten

**Doel:** Geen insecten eten – grondig wassen & inspecteren.

### 1 Voorbereiden

- 🔍 **Soort bepalen:**
  - **Laag risico:** bananen, sinaasappels, avocado, wortel → alleen wassen.
  - **Middel risico:** druiven, aardbeien, sla, broccoli → wassen + inspectie.
  - **Hoog risico:** peterselie, koriander, frambozen → extra streng controleren.
- 🗑️ **Bedorven/bruine delen verwijderen.**
- ✂️ **Eventueel snijden/openmaken** voor verborgen plekjes.

### 2 Wassen

1. Vul een **schone kom of bak** met koud water.
2. Voeg **een druppel afwasmiddel of groenten spoelmiddel** toe.
3. Leg het product erin en **beweeg zachtjes**.
4. Laat **2–3 minuten** weken.
5. **Grondig spoelen** onder stromend water.

### 3 Inspecteren

- **Laag risico** → alleen visuele check.
- **Middel/hoog risico:**
  - Kijk **blad voor blad** of vrucht voor vrucht.
  - Let op donkere of bewegende puntjes.
  - Eventueel: schud boven wit papier/doek en kijk.
  - Bij twijfel → opnieuw wassen.

### 4 Klaar voor gebruik

- Pas als **geen insecten** meer te vinden zijn.
- Bij hardnekkige besmetting → weggooien.

### 📌 Snelle voorbeelden

- **Druiven** → van de tros, wassen met zeepwater, spoelen, controleren bij steeltje.
- **Sla** → buitenste bladeren weg, losmaken, wassen, inspecteren tegen licht.
- **Aardbeien** → kroontje eraf, wassen, spoelen, controleren rond pitjes.

📖 "En jullie zullen jezelf niet verontreinigen met kruipende insecten..." (Vayikra 11:44)

## Nederlandse Minhag:

Volgens de Nederlandse minhag is het niet toegestaan om brood te consumeren dat afkomstig is uit niet-koosjer gecertificeerde supermarkten of bakkerijen. Een uitzondering hierop vormen sommige afbakbroden die wél zijn toegestaan; deze zijn te vinden op de *NIK Kasjroetlijst*.

Ook kazen zonder hechsjer zijn niet geoorloofd, zelfs niet wanneer ze bereid zijn met vegetarisch of microbieel stremsel. Voor kaasproductie is de aanwezigheid van een *masjgiach* vereist om het product de status van *kosjer* te geven. Koosjere kazen zijn verkrijgbaar bij de meeste koosjere winkels.

## Toegestane vissoorten:

Nederlands	Engels	Frans	Duits	Hebreeuws
ansjovis	anchovy	anchois	Anschovis	אַנְשׁוּבִי
baars	perch	perche, perse	Barsch	לוֹקוּס
blei	white bream	petite brème	Brasse	אַרְנִית
bot	flounder	flet	Flunder	דָּג סוּל
brasem	bream	brème	Brasse	אַבְרָמִיס
dorade	dorade	dorade	Meerbrasse	דָּנִיס
forel	trout	truite	Forelle	פּוֹרְלֵי
geep	garfish	orphie	Hornhecht	דָּג בְּרָזְלִי
griet	brill	barbue, margot	Glattbutt	דָּג הַפְּקוֹרְפִּיּוֹן
haring	herring	hareng	Hering	הֶרִינג
heek	hake	merlu	Seehecht	הֵיק
heilbot	halibut	flétan	Heilbutt	הֵילְבוּט
kabeljauw	cod	cabillaud	Kabeljau	קוּד
karper	carp	carpe	Karpfen	קַרְפִּיּוֹן
koolvis	pollack	colin, merlan noir	Seelachs	קוּלוּס
leng	ling	lingue	Lengfisch	לֶנְג
makreel	mackerel	maquereau	Makrele	סְקוּמְבְּרִיָּה
poon	gurnard	grondin	Knurr, Seehahn	פּוֹן
sardine	sardine	sardine	Sardine	סַרְדִּין
schar	dab	limande	Kliesche	דָּב
schelvis	haddock	aiglefin	Schellfisch	סְקַלְבִּיס
schol	plaice	carrelet, plie	Scholle	פְּלִיִּס \ סוּלָה
snoek	pike	brochet	Hecht	חֶבֶט
snoekbaars	pike-perche	sandre	Zander, Hechtbarsch	אַפְרוֹן
spiering	smelt	capélan	Stint	סְמֶלְט
sprot	sprat	sprat, esprot	Sprotte	סְפְּרַאט
tilapia	tilapia	tilapia	Tilapia	אַמְנוֹן
tong	sole	sole	Seezunge	סוּלָה
tonijn	tuna	thon	Thunfisch	טוּנָה
wijting	whiting	merlan	Wittling, Merlan	קוּד לְבָן

zalm*	salmon	saumon	Lachs	לִמְוֹן
zeelt	tench	tanche	Schleie	טַדָּל

De volgende aanduidingen worden in de kasjroetlijst gebruikt:

(m) = melkkost; (p) = parve (minnich); o.r.t. = onder rabbinaal

toezicht; **NG** = niet geoorloofd.

### Informatie over ongeoorloofde E-nummers

Euronummers van ongeoorloofde kleurstoffen:

E 120 (cochenille, karmijnzuur en karminezuur),

E 163 (anthocyaninen)

Euronummers van ongeoorloofde emulgatoren:

E 422, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 441, 445, 470, 471, 472,

473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 481, 482, 483, 491, 492, 493,

494, 495, 542, 570, 571, 572, 573, 630, 631, 632, 633, 640, 915, 1000 en 1518.

Lactid acid (= melkzuur) is parve

Lactose (= melksuiker) is melkkost

Sommige van bovenstaande E-nummers hebben geoorloofde varianten.

Het kan daarom voorkomen dat producten uit deze lijst bovenvermelde E-nummers bevatten. Bij twijfel kan men contact opnemen met het Opperrabbinat: 020-301 8490 of kosher@nik.nl

### Wijzigingen door het jaar heen

De kasjroetlijst wordt met zorg samengesteld. Omdat producten van samenstelling kunnen wijzigen, verdient het aanbeveling regelmatig de ingrediëntenopgave op de verpakking te raadplegen. In het bijzonder geldt dit voor artikelen in de rubrieken 12 (dranken, niet-alcoholisch) en 18 (melk en zuivelproducten). Neem bij twijfel contact op met het opperrabbinat.

Voor **wijzigingen in de kasjroetlijst** gedurende het jaar kunt u de app raadplegen.

## 1. Aardappelproducten

~~algemeen~~ — ~~NG: aardappelvlokken en granules~~

**patat** **AH:** franse friet (p), krokante friet (p), oven friet (p), ribbel friet (p);

airfryer ovenfriet zoete aardappel (p)

**Aviko:** franse frites (p), ~~Love skinny fries (p);~~

la cuisine belge heritage (p), oma's smulfriet (p), opa's ovenfriet (p), pommes fr-ites (p), skinny fries (p), sweet potato fries (p), sweet potato kreukel fries (p), vlaamse friet (p);

supercrunch originals: franse friet (p), hollandse friet (p), kreukel friet (p), oven pommes frites (p); supercrunch airfryer: dikke friet (p), dunne friet (p), pommes frites (p)

voor producten in grootverpakking:

raadpleeg de app voor alle informatie

**Lamb Weston:** burger fries (p), grill fries (p),

homestyle skin-on fries (p), ziggy fries natural (p)

**puree** **Aviko:** mashed potato (m)

**overig** **Aviko:** aardappel dobbelsteentjes (p), aardappel-

partjes (p), aardappelschijfjes (p), lachebekjes (p), sweet potato blokjes (p)

airfryer: aardappelkrokantjes (p), rösti mini (p);

rösti: original (p), mini (p), rondjes naturel (p)

voor producten in grootverpakking:  
raadpleeg de app voor alle informatie

*algemeen* raadpleeg de app voor alle informatie

*advocaat*

Bols (p), Cooymans (p), De Korenaer scharrel-

advocaat (p); ~~Twee Kippen advocaat (p);~~

Delica tokkelroom naturel (p);

~~Twee Kippen advocaat (p);~~

Warninks: advocaat van scharrel-eieren (p), ~~advocaat in knijpfles (p)~~, schenk-advocaat (p)

*beerenburg* **Hooghoudt:** 74 kruiden (p), kalmoes (p)

*bier* alle merken

*brandewijn* Coebergh: classic (p), ~~frambozenbrandewijn (p)~~; Hartevelt: citroen (p); ~~Henkes: citroen brandewijn (p)~~;

Hooghoudt: citroen (p); Hoppe: citroen ~~brandewijn (p)~~; De Kuyper: citroen (p); Mispelblom: brandewijn (p), vanilla (p)

*brandy en cognac* o.r.t. bereid

*creamdranken* **Baileys:** (m)

**Bols:** crème: de bananes (p), de cacao brown (p),

de cacao white (p), de cassis (p)

**Malibu:** Caribbean rum (p)

*gin* **Bols:** silver top london dry gin (p)

**Gordon's:** london dry gin (p)

**No.3:** London gin (p)

*jenever/* merkloos: Schipperbitter

*kruidenbitter* **Bokma:** jonge jenever (p), oude jenever (p);

**Bols:** barrel aged genever (p), **corenwijn (p)**, genever 21% (p),  
graanjenever jong (p), zeer oude genever (p)

**Claeryn:** jonge jenever (p)

**Hartevelt:** prima jonge jenever (p), jonge jenever leids (p)

**Henkes:** bessenjenever (p), jonge jenever (p)

**Hooghoudt:** graanjenever (p), jonge dubbele

graanjenever (p), **premium** korenwijn (p), rijke jenever: 24 (p), 45 (p), 67 (p), zachtbitter (p)

**Hoppe:** jonge jenever (p)

**Jägermeister** (p)

**De Kuyper:** bessen (p), citroenjenever (p), jonge  
graanjenever (p), oranjebitter (p)

**Rutte:** jonge jenever (p), ~~paradyswijn (p)~~, oude

simon (p)

NB: andere jeneveren bevatten veelal cognac of wijn (het etiket biedt hierover geen informatie).

*likeur*

Bols, **Hooghoudt**, de Kuyper: raadpleeg de app voor alle info

**Casoni:** amaretto (p)

**Amaretto Disaronno** (p)

**Kahlua** (p)

**Pernod** (p) (NG: *pernod absinthe*)

**Tia Maria** (p)

*rum* **Bacardi:** 8 años (p), gold (p), superior (p)

**Old Pascas:** rum bruin (p), rum wit (p)

*vermouth* o.r.t. bereid

*vieux* **Hoppe** (p) (NG: *andere merken vieux*)

vruchtenwijn alle soorten (NG: wijnen waarin druiven of rozijnen verwerkt zijn)

whisky

Chivas Regal (p), Johnnie Walker (p)

wodka

Absolut (p), Hooghoudt (p)

~~overige info: \_\_\_\_\_~~

~~volgens buitenlandse rabbinaten zijn geoorloofd: Amaretto Disaronno (p), Baileys (m), Kahlua (p), Malibu caribbean rum (p), Pernod (p), Tia Maria (p)~~

~~\_\_\_\_\_ (NG: Pernod absinthe)~~

### 3. Baby- en peutervoeding

Producten aangegeven met een \* alleen gebruiken op doktersadvies in verband met het voorkomen van visolie.

~~Bolletje: babybiscuit (p), dreumesbiscuit (p)~~

**Hero Nutrasense** (zie opmerking bovenaan rubriek):

classic 1\* (m), 2\* (m), 3\* (m), 4\* (m);

comfort+ + AR: 1\* (m), 2\* (m);

sensisoft: 1\* (m), 2\* (m), 3\* (m), 4\* (m)

**Liga:** babybiscuits (p), kinderbiscuits (m)

**Nestlé:** (zie opmerking bovenaan de rubriek):

*babymelk* little steps: 1\* (m), 2\* (m), 3\* (m),

dreumesmelk 1\*(m), peutermelk 2\* (m), 3\* (m), plantygrow 1-3+ (p)

*pap*

baby cereals: biscuit (m), mais & rijstbloem (p), multifruit (m); multigranen: (p), met quinoa (p), met fruit (p)  
pyjamapapje (gebruiksklaar): aardbei (m), biscuit (m), vanille (m)

*snack* ~~babykoekje biscuit naturel (m);~~ babyreepje banaan appel (p)

*dessert* dreumesvla vanille (m), yogolino: aardbei (m), banaan (m), ~~cacao (m);~~ peer (m)

**Nutrilon:** (zie opmerking bovenaan de rubriek):

zuigelingenvoeding: 1\* (m), ~~1 kant-en-klaar\* (m);~~

opvolgmelk: 2\* (m), 3\* (m);

A.R.: 1\* (m), 2\* (m);

bio: 1\* (m), 2\* (m);

content: 1\* (m), 2\* (m);

duobalans: 1\* (m), 2\* (m);

~~melk & plantaardig: 1\* (m), 1+ dreumesmelk\* (m), 2 opvolgmelk\* (m)~~

nenatal: BMF (m), proteïn fortifier (m), start\* (m);

nutriton (p);

omneo: 1\* (m), 2\* (m);

pepti syneo: 1\* (m), 2\* (m);

prosyneo H.A.: 1\* (m), 2\* (m);

dreumesmelk: 4\* (m), ~~4 kant-en-klaar\* (m);~~ vanillesmaak 4\* (m);

peutermelk: 5\* (m), ~~5 kant-en-klaar\* (m);~~ vanillesmaak 5\* (m); peuterplus melk 6\* (m)

**Olvarit:**

*pap*

acht granen (p), acht granen vanille (p), fijne granen (p), licht volkoren (p), multigranen & maisvlokken (p), rijstbloem (p), ~~tarwe & haver bio (p)~~

*4 mnd*

fruit: appel (p), appel mango banaan (p), banaan (p), peer (p), perzik appel (p)

groente: bloemkool (p), doperwt (p), pompoen rijst (p), wortel (p)

*6 mnd*

fruit: appel aardbei peer (p), ~~appel banaan (p);~~

appel banaan sinaasappel (p), appel bosbes peer (p),

peer appel abrikoos (p), perzik banaan kiwi (p)

fruitsnack: apple banana (p), apple orange carrot (m), apple, peach pumpkin (p), banana strawberry (p), coconutmilk

forrest fruit (p), pear banana (p)

plantaardig: banaan (p), mango (p)

maaltijd: vegetarische bruine bonenschotel (p)

fruitzuivel: banaan appel zuivel (m)

smoothie: kokosmelk bosbessen (p)

8 mnd

fruit: abrikoos appel banaan (p), appel aardbei banaan (p), appel banaan peer (p), ~~banaan~~  
~~aardbei (p)~~, ~~peer banaan abrikoos (p)~~ banaan koek (m)

~~fruitvoghurt~~: peer appel yoghurt (m)

12 mnd

fruit: appel peer framboos (p), ~~appel perzik~~ ~~kweeper (p)~~, appel perzik mango (p), ~~appel banaan zwarte bes bosbes (p)~~,  
~~banaan appel kiwi~~ ~~aardbei (p)~~

fruitzuivel: appel zuivel bosbes (m)

smoothie: amandeldrink banaan (p), ~~bosvruchten & zuivel (m)~~, mango & kokosmelk (p)

Zonnatura: knijpfruit: appel-aardbei (p), ~~banaan~~

~~pompoen perzik (p)~~, mango-wortel-sinaasappel (p)

#### 4. Bakproducten

*bakmeel, bloem of zelfrijzend meel: alle merken, van alle soorten meel (p)*

*bak en cakemix* **Koopmans**: mix voor: appel kaneel cake (p),

appel-kruimeltaart (p), appeltaart (p), appeltaart extra deeg (p), omgekeerde appeltaart (m), romige appel-taart (p), bananenbrood (p), boeren-cake (p), boerencakemeel (p), boterkoek (p), cakemeel (p), ~~chocolade cake (p)~~, citroencake (p), fijne cake (p), ~~kokos makronen (p)~~, kruidcake (p), kruidnoten (m), kwarkcake (m), marmercake (p), ~~paddestoel cakejes (m)~~, ~~speculaas (p)~~, ~~straccia tella cake (p)~~, plaatcake: appelkruimel (m), choco kers (m), roodfruit (m); tulband (p), ~~vruchtenslof (p)~~, ~~ronde vruchtenslof (p)~~, zandkoekjes (p)

**Dr. Oetker**: basismix: biscuittaart (m), cupcakes naturel (p);

mix voor: brookies brownie & cookie (p), brownies choco (p), lava cakes (p), red velvet cake (m);

muffins: naturel (m), ~~banaan (p)~~, chocolade (m);

mug cake: chocolade (p), stracciatella (p);

vegan: brownies choco (p), ~~cake (p)~~, ~~taart aardbei (p)~~;

wolken: choco&vanillesmaak (m), citroen (m)

*bakpoeder* alle merken

*bladerdeeg* **Easy Bakery**: filodeeg (p)

**Koopmans**: roomboter (m), ~~groente taartdeeg~~

~~met spinazie (p)~~, hartige taartdeeg met bakkersgist (p); (*NG: bladerdeeg origineel*)

~~bloem~~ ~~alle merken~~

*broodmix* **Koopmans**: ~~bruin (p)~~, volkoren (p), waldkorn (p), wit (p)

**Soubry**: 6 granenbrood (p), boerenbrood (p), donker brood 9 granen (p), volkorenbrood (p), witbrood (p)

**Schär**: mix brot (p)

*cakemeel* zie bak- en cakemix

*custard* **Koopmans** (p)

*gist (vers en gedroogd)* Bruggeman bakkersgist (p), Dr. Oetker gist (p), AB Mauri: koningsgist (p), levareal (p), mondial (p)

*paneermeel* o.r.t. bereid of rabbinaal geoorloofd

*mix voor olie-bollen/beignets* **Koopmans**: appelbeignets (p), olieballen compleet pakket (p); (*NG: olieballen origineel*)

*pannenkoekmix* **Koopmans**: origineel (p), glutenvrij (p), meergra-

nen (p), bio meergranen (p), volkoren (p), oma's pannenkoeken met kaneel(p), pannenkoekmeel kabouter (p)

**Koopmans:** schudfiles: origineel (p), meergranen (p), compleet (m)

**Dr. Oetker:** american pancakes: origineel (m), volkoren (m)

*pizzabodem* **AH:** pizzadeeg (p), **pizzadeeg tomatensaus (p)**, **flammkuchendeeg (p)**

**Dr. Oetker:** origineel (p), ~~pizzapakket (p)~~

**Bfree:** pizza bases (p)

*poffertjes* **Koopmans:** mix voor poffertjes (p)

*taartbodem* **Jos Poell:** roomboter gebaksbodem (m), suikerschelpen (p)

#### 4.1. Vullingen en garnering voor bakproducten

*aroma* **Dr. Oetker:** amandel (p), citroen (p), rum (p), vanille (p), natuurlijk bourbon vanille-extract (p)

**Dr. Oetker:** bourbon vanillepasta (p)

*bakbenodigd.* **Dr. Oetker:** bakspray (p)

*citroenrasp* **Dr. Oetker:** (p)

*roomstabilisator* **Dr. Oetker:** **klop-fix (p)**

*topping en taartdecoratie* **Dr. Oetker:** ~~baby blue mix (p)~~, chocofantasie (m), chocolate chips (p), decoratiebloemetjes (p), ~~letters & cijfers (m)~~ **suiker oogjes (p)**, topping wit (m), taartina (p); glazuur: choco (p), wit (m); mix voor luchtige botercreme (m); ~~noigatine (p)~~

**Steensma:** sukade (p)

*taartvulling* **Hak:** bosvruchten (p), kersen (p)

*zaden en pitten* alle merken mits ongebrand (p)

**Zonnatura:** haverzemelen (p), gebroken lijn-

zaad (p), heel lijnzaad (p), tarwezemelen (p), ~~zonnebloempitten (p)~~

#### 5. Bindmiddelen

*aardappelmeel* alle merken

*agar agar* in de oorspronkelijke onbewerkte vorm

*allesbinder* Honig (m), Koopmans (p)

*maizena* Duryea (p), Koopmans (p)

#### 6. Brood en brood- en graanproducten

*beschuit* ~~o.r.t. bereid en:~~

**Bolletje:** bakkers beschuit origineel (p); **vezelrijk: donker volkoren (p), meerzaden (p)**

**Tasty basics: meerzaden (p), zonnebloem- en pompoenpitten (p)**

~~**Verkade:** beschuit naturel (p), volkoren (p)~~

*boekweit* **Koopmans:** boekweit grutten (p), boekweitmeel (p)

*brood* o.r.t. bereid of rabbinaal geoorloofd

*crackers/toast* **AH:** edamame (p), **glutenvrij: luchtige (p), vezelrijke zaden crackers (p)**

**Bolletje:** lichte crackers: spelt (p), volkoren (p);

~~lichte tussendoor crackers: tomaat & oregano (p), tuinkruiden (p);~~

~~ontbijtcrackers: meerzaden (p), spelt volkoren (p), volkoren meergranen (p); **vezelrijke zaden crackers:**~~

~~**met pompoenpitten (p), met zonnebloempitten (p)**~~

**Hollandia:** matze crackers: naturel (p), volkoren (p),

biologisch: naturel (p), spelt (p), ~~vol koren (p)~~; matze toast naturel (p)

**Jos Poell:** krokante toast (p), krokante cupjes (p);  
Toast: olijf (p), rond (p), vierkant (p), volkoren (p)  
**Jumbo:** zadencrackers lekker vrij van gluten (p)  
**Liga vitalu:** meerzaden (p), volkoren (p), volkoren  
tarwemeel tarwebloem (m)  
**Lu:** minicrackers: naturel (p), olijfolie & oregano (p),

~~volkoren (p)~~, zongedroogde tomaat & basilicum (p), zout (p)

**Schär:** knusperbrot (p), ~~salti (p)~~

**Tasty basics:** maanzaad en olijf (p), meerzaden (p), zonnebloem- en pompoenpitten (p)

**TUC:** original (p), mini-original (p), salt & pepper (m)

**Wasa:** delicate crackers: sea salt (m); delicate crisp:

roasted garlic & seasalt (p), rosemary & sea salt (p),  
sesame & sea salt (p); original crisp (p)

**cruesli/granola** **Jordans:** original crunchy: naturel (p), absolute  
nuts (p), apple cinnamon (p), chocolate (p), ~~fruit & nut (p)~~, tropical fruit (p); simply crunchy honey  
baked (p), super berry granola (p)

**Jumbo:** crunchy muesli: 4 noten (p), appel en rozijn (p), chocolade (m), rood fruit (p), rozijn (p)

**Quaker:** 4 nuts (p), apple raisin & pumpkin

seeds (m), ~~haverhout granola original (p)~~, luchtig naturel (p), red fruits (p)

Zero sugar added: apple, pecan & cinnamon (p), cocoa & banana (m), strawberry & peach (p)

**Tasty basics:** granola naturel (p), choco en noten (p)

**haverhout** **AH:** glutenvrij volkoren haverhout (p)

**Brinta:** haverhout (p), oergranen (p)

**Jumbo:** haverhout lekker vrij van gluten (p)

**Quaker:** haverhout (p); oats express: naturel (p),  
kaneel (p), proteïne naturel (p)

**Zonnatura:** ~~haverhout (p)~~, haverhout glutenvrij meerzaden (p)

**knäckebröd** **AH:** sesam (p), volkoren (p)

**Bolletje:** goudbros (p), sesam (p), rond donker  
sesam (p), volkoren (p); oerknäck: meer-granen (p), robuust volkoren (p), waldkorn (p)

**Wasa:** dun rogge volkoren (p), goudbruin (p),  
rustiek (p), sesam (p), sesam crunch sensation (p),  
vezelrijk (p), volkoren (p), zuurdesem meergranen (p)

**matzes** **Hollandia:** naturel (p), volkoren (p)

**muesli** droge muesli van alle merken (p)

**AH:** alle soorten (p); zie de app

**Jordans:** muesli de luxe (p)

**Jumbo:**

**Quaker:** haverhout muesli nuts (p)

~~**Zonnatura:** glutenvrij appel kaneel (p), noten en za-  
den (p), proteïne noten & kokos (p), pure chocolade (p),~~

~~rode biet & appel (p), rood fruit (p), rijk gevuld (p); krokante muesli: naturel (p), pure chocolade (p)~~

**ontbijtbiscuit** **Liga Belvita:** honing & hazelnoot (p), meergranen (m)

**ontbijtgranen** **Bolletje:** krokante ontbijtgranen: hazelnoten &  
amandelen (p), notenmix (p)

**Brinta:** graanontbijt: appel & rozijn (p), volkoren (p);  
wake up!: naturel (m), banaan (m)

**Kellogg's:** all-bran: fibre plus (p), flakes (p),

fruit'n fibre (p), prebiotic oat clusters classic (p), ~~almond and pumpkin seeds (p)~~, coco pops (p),  
coco pops chocos (p), corn flakes (p), frootloops (p),

frosties (p), miel pops (m), miel pops loops (p), ~~mini's (m)~~, rice krispies (p), smacks (p);

	special k: original (p), <del>melkchocolade (m)</del> , pure chocolade (m), rode vruchten (p)
	<del>Schär: cereal flakes (p)</del>
paneermeel	o.r.t. bereid of rabbinaal geoorloofd
pasteitjes	<b>Jos Poell:</b> pasteitjes <del>traditioneel</del> (p), mini pasteitjes (p)
rijst- en andere ontbijtwafels	<b>Zonnatura:</b> naturel: boekweit (p), kikkererwten (p), maïs (p), rijst (p);
roggebrood	rijstwafels: appel kaneel (p), melkchocolade (m), pure chocolade (m), yoghurt (m) <b>Bolletje:</b> fries roggebrood (p)
toast	<b>Van der Meulen:</b> melba toast: naturel (p), meer-- granen (p), rondjes (p), sesam (p), volkoren (p)

## 7. Broodbeleg / ontbijtproducten

voor producten met zuivel: zie rubr. 18, voor graanrepen: zie rubr. 17

broodkoekjes	<b>Bolletje:</b> schuddebuikjes: speculaas (p)
chocoladepasta	<del>Fairtrade Original: chocopasta extra puur (m)</del> <del>Pastachoca: béééregood melk/cacao (m), puur/cacao (m)</del> <del>Venz: chocopasta puur (m); (NG: chocopasta melk)</del>
hazelnootpasta	<b>Bonne maman:</b> hazelnootpasta (m) <b>Duo Penotti:</b> hazelnoot & vanilla (m) <b>Horizon:</b> hazelnootpasta (p), hazelnoot rozijnenpasta (p) <b>Minus:</b> nuss-nougat creme (m) <b>Nutella</b> (m)
overige pasta	<b>AH:</b> speculoospasta (p), speculoos crunch pasta (p) <b>AH Terra:</b> smashed avocado (p) <b>Bio Today:</b> almond nut butter (p), mixed nut nut butter (p), peanutbutter crunchy (p), tahini white (p) <b>Horizon:</b> pasta: amandel (p), witte amandel (p), cashew (p), witte cashew (p), gemengde noten (p), pinda rozijnen (p), pompoenpitten (p), tahin (p), tahin met zeezout (p), zonnebloem (p) <b>Jumbo:</b> noten mix (p), notenpasta crunchy (p) <b>Lotus Biscoff:</b> speculoos: creamy (p), crunchy (p) <b>Penotti:</b> cookie notti speculoos spread: original (p), crunchy (m) <b>De Ruyter:</b> bebogeen (m)
hagelslag/vlokken	<b>AH:</b> pure hagelslag (m), pure hagelslag XL (m) <b>Choca:</b> vlokken (p), vlokmix (m) <b>Fairtrade Original:</b> chocoladehagel: melk (m), puur (m) <b>De Ruyter:</b> chocoladehagel: melk (m), puur (m); chocoladevlokken: melk (m), puur (m); royaal: chocolade hagel (m), chocolade vlokken (p); <del>chunks extra puur (p)</del> , vlokfeest (m), witte vlokken (m); specials: extra puur (m), intens puur (m) <b>Venz:</b> chocoladehagelslag puur (m); XXL hagel: puur (m), wit (m) (NG: XXL hagel melk)
hagel/muisjes	<b>De Ruyter:</b> anijshagel (p), blauwe en witte muisjes (p)
honing	bloemenhoning van alle merken (p)
jam	<b>Chivers:</b> alle soorten (p) <b>Hero:</b> alle soorten (p) <b>Natù:</b> aardbeidspread (p), abrikozenspread (p), bosvruchtenspread (p) <b>De Ruyter:</b> kleintjes extra jam (p) <b>Roosvice:</b> rozenbotteljam (p)

	<b>Zonnatura:</b> 75% fruit: kers (p), woudvruchten (p)
<i>kaas, vegan</i>	<b>AH Terra:</b> plantaardige plakken: chili (p), fenegriek (p) komijn (p), mild (p); witte plak (p), rasp mild (p) <b>Violife:</b> gouda flavour: slices (p); original flavour: slices (p), creamy (p)
<i>kokosbrood</i>	<b>Bio Today:</b> naturel (p), <del>met bosvruchtensmaak (p)</del> <b>Your Organic Nature:</b> naturel (p), met bosvruchtensmaak (p), <del>cacao (p)</del>
<i>pindakaas</i>	<b>AH Terra:</b> 100% pindakaas: naturel (p), naturel bio (p), met stukjes (p), met stukjes bio (p), extra grof (p) <b>Calvé:</b> pindakaas (p), <del>biologisch (p)</del> , creamy (p), extra crunchy (p), light (p), met stukjes pinda (p), <del>proteïne (p)</del> ; 100%: naturel (p), stukjes pinda (p) <del><b>Fairtrade Original:</b> pindakaas (p)</del> <b>Horizon:</b> pindakaas (p), met zeezout (p), crunchy met zeezout (p) <b>Jumbo:</b> naturel (p), met stukjes pinda (p), 100% naturel (p), puur naturel (p), biologisch (p)
<i>sandwichspread</i>	<b>Heinz:</b> naturel (m), komkommer (m), pikante groente (m) <b>Zonnatura:</b> spreads: paprika (p), tomaat (p), spicy tomaat (p), spinazie (p) <b>Zonnatura:</b> vegetarische paté naturel (p)
<i>stroop/siroop</i>	<b>Bio+:</b> rinse appelstroop (p) <b>Frutesse:</b> appel-kaneel (p), extra appel-kaneel met rozijn (p), peer appel (p), rinse extra appel (p) <b>Van Gilse:</b> schenkstroop: origineel (p), <del>chocolade (m)</del> , karamel (p), bungel stroopstift (p) <b>Hero:</b> appelstroop (p), appelstroop minder zoet (p) <b>Horizon:</b> dadelstroop (p), rijststroop (p) <b>Zonnatura:</b> <del>agavesiroop (p)</del> ; <del>zonnestroop: dadel (p)</del> , peer & appel (p)

## 8. Chips en noten

algemeen **NG:** rood/bruin gesuikerde noten

<i>chips</i>	<b>AH:</b> chips naturel (p), ribbelchips naturel (p) <b>Cheetos:</b> crunchetto's flamin hot (p), ringlings (m), spinners (m) <b>Croky chips:</b> naturel (p), bolognese (p), ketchup (p), paprika (p), <del>saté (m)</del> explosions: sweet chili (p), thai curry (m); <del>ribble: bolognese (p), paprika (p)</del> ribble rock: bolognese (p), paprika (p); superfrites: naturel (p), bolognese (p), paprika (p); tortilla chili mild & sweet (p) <b>Dorito's:</b> dippers naturel (p) <b>Lay's:</b> chips: naturel (p), paprika (p), pickles (m) patatje joppie (m); bugles: naturel (p); max: naturel (p), paprika (p), pickles (m), patatje joppie (m); sensations: thai sweet chilli (m); max strong: chilli and lime (p) ringlings (m)
--------------	---

*noten*

**Algemeen:** gebrande pinda's en noten (in zonnebloemolie) zonder andere toevoegingen dan zout zijn geoorloofd (p)

<b>AH:</b> borrelmix mild (p), elitehaver ongezoeten (p)
<b>Duyvis:</b> fijnproevers: vleugje chili (p), vleugje kerrie (p)

vleugje paprika (m) vleugje rozemarijn & tijm (p);  
peanuts teriyaki (m), ovenroasted peanuts honey (p);  
borrelnootjes: cocktail (m), oriental (p), provencale (p)  
tjigernootjes: bbq paprika (p), flamin' hot (p), paprika fiesta (p)

popcorn **Johnny Cashew:** honing zeezout (p), hot chili (p)  
**Chio:** salt (p), ~~caramel seasalt (m)~~, sweet & salty (p)

zoutjes **Bolletje:** pinda pepsels (m), zoute pepsels (m),  
~~pepsels red curry (p)~~

**Panetteria di Sergio:** mini torinesi (p), picos andaluz (p), picos andaluz volkoren (p)

**Schär:** salinis (p)

## 9. Chocolade en bonbons

Algemeen: chocolade, ook pure chocolade, dient als melkkost te worden beschouwd, **tenzij in deze lijst** anders wordt vermeld.

bonbons **Leonidas:** raadpleeg de app voor alle informatie

chocolade en ge- **AH:** pindarotsjes melk (m) en pure chocolade (p)

vulde chocolade **Côte d'Or** puur: l'original (m), advocaat (m), hele hazelnoten (m)  
**70% noir intense (m), 70% noir orange (m), 86% noir extra Intense (m)**  
**Chokotoff puur (m); mignonnette noir de noir (m)**  
**Delicata:** melk (m), puur (m en p) en wit (m)

o.a.: butterscotch (m), hazelnoot melk (m), hazelnoot puur (m), karamel zeezout melkchocolade (m)

(**NG:** melk: kletskep karamel, ~~smoky amandel cranberry~~, stroopwafel; puur: aardbei balsamico, sinaasappel amandel)  
Raadpleeg de app voor alle informatie.

**Droste: pastilles:** melk (m), puur (m)

**Jumbo:** puur (m), extra puur (p) (al dan niet biolo-

gisch); melk (m), hazelnoot (m), wit (m), karamel zeezout puur (m)

(**NG:** melk praline bloc, wit praline bloc, ~~peanut caramel~~)

Raadpleeg de app voor alle informatie.

country (m), joy (m), maxi (m), schoko-bons (m), surprise (m)  
**Kinder:** bueno (m), bueno white (m), cards (m), chocolate (m),

**Lindt: creation: crème brûlée (m), karamel (m)**

double chocolate (m), hazelnut wafer (m), munt (m);

**Excellence:** caramel (m), chili puur (m), citroen gember (m), framboos puur (m), honey&almond (m), karamel zeezout melk (m), mild 70% cocoa (p);

**lindor:** assorted (m), 70% cacao (m), melk (m), karamel zeezout (m) (**NG:** mini pralinés);

vegan: hazelnut (p), smooth (p)

~~Raadpleeg de app voor alle informatie.~~

**Lonka:** jamaica rumbonen (m), sinas snippers (m),

~~soft fudge chocolate brownie (m)~~

**Maître Mathis:** crisp vegan (p), organic white vegan (p), coffee chocolate vegan (p)

**Mars:** bounty (m), maltesers (m), mars (m),

milkyway (m), milkyway crispy rolls (m), snickers (m), snickers crisp (m), twix (m), twix top (m), twix white (m)

**M&M:** melk chocolade (m), brownie (m), chocolate bar (m), crispy reep (m), salted caramel (m)

**Nestlé:** after eight (m), bros (m), kitkat (m), kitkat chunky (m), kitkat chunky white (m), kitkat dark (m), ~~kitkat pops (m)~~, kitkat vegan (p) (**NG:** kitkat chunky cookie dough), kitkat gold, kitkat white), lion (m), rolo (m), smarties (m)

**Ritter Sport:** cashew (m), honing zout amandel (m),

melk hele hazelnoot (m), marsepein (m), mini nut selection (m), puur hele hazelnoot (m), rozijn

hazelnoot (m), wit hele hazelnoot (m), witte crisp (m)

~~Raadpleeg de app voor alle informatie.~~

**Toblerone:** geel (m), wit (m), zwart (m)

**Tony's Chocolonely:** melk (m), melk: hazelnoot (m), karamel biscuit (m), karamel amandel noga pretzel (m), karamel zeezout (m), noga (m), pecan karamel (m);

puur 70% (m), puur: amandel zeezout (m)

wit (m), wit: framboos biscuit (m), framboos knettersuiker (m)

— Raadpleeg de app voor alle informatie.

**Verkade:** puur (m), 75% extra puur (p), extra puur hazelnoot (p), hazelnoot (m), **hazelnoot & karamel** (m), karamel zeezout (m); kookchocolade 74% (p)

## 10. Dessertproducten

<i>custard</i>	<b>Koopmans</b> (p)
<i>dessertsaus</i>	<b>Hero Betuwe:</b> bessensap: rode bes (p), zwarte bes-bosbes (p) <b>Hero Tova:</b> aardbeien (p), chocolade (m), karamel (m),
<i>puddingpoeder</i>	<b>Koopmans:</b> griesmeel pudding: amandel (p), bitterkoekjes (p), vanille (p), vruchten (p) <b>Dr Oetker:</b> jelly pudding aardbeien (p); kloppudding: aardbeien (m), banaan (m), chocolade (p), frambozen (m), karamel (m), vanille (m); kookpudding: chocolade (p), room (p), rum rozijnen (p), vanille (p) (NG: kookpudding framboos)
<i>plantaardige desserts:</i>	<b>zie onder rubriek 11: dieetartikelen</b>
<i>tarwegriesmeel</i>	alle merken, o.a. Koopmans (p) en Lassie Orzo (p)
<i>ijs</i>	zie rubriek 15
<i>vla en yoghurt</i>	zie rubriek 18

## 11. Dieetartikelen

<i>glutenvrij, lactosevrij:</i>	<i>kijk op de app</i>
<i>In de app worden gluten-, lactose- en suikervrije producten aangegeven met symbolen. Je kunt er ook op selecteren. Voor producten van de merken Bfree, Freee, Nairn's, en Schär: kijk bij de toepasselijke rubrieken</i>	
<i>lactosevrij</i>	<b>Minus L:</b> zie onder rubriek 18: melk en melkproducten
<i>plantaardige zuivel</i>	<b>AH, AH Terra, Alpro, Oatly!, Provamel, en Violife:</b> Raadpleeg de app voor alle informatie.

## 12. Dranken niet-alcoholisch

Algemeen: **NG:** druivensap en sappen waarin druiven of rozijnen verwerkt zijn en dranken met ongeoorloofde kleurnummers (zie pag. k-3).

Ook voor producten die hieronder worden vermeld blijft het raadzaam de etiketten te raadplegen vanwege vaak veranderende ingrediënten. Raadpleeg de app voor alle informatie.

<i>anijsdrank</i>	<b>De Ruyter:</b> anijsstaafjes (p)
<i>cacao (poeder)</i>	alle merken pure cacao <b>Buisman:</b> hot chocolate (m) <del><b>Nescafé:</b> dolce gusto: chococino (m), chococino caramel (m)</del> <b>Nestlé:</b> hot chocolate mix original (m), nesquik (p)
<i>chocoladedrank</i>	<b>Chocomel:</b> (m), halfvol (m), dark (m), plantaardig (p); (NG: Chocomel 0% suiker toegevoegd) <b>Nescafé:</b> dolce gusto nesquik (m) <b>Oatly!:</b> kakao hafer oat (p) <b>Senseo:</b> milka choco pads (m) <del><b>Provamel:</b> soya chocolate (p)</del>
<i>energiedrank orange (p)</i>	<b>Aquarius:</b> blue ice (p), cherry (p), lemon (p), <b>Red Bull:</b> energy drink (p), energy drink sugarfree (p), tropical (p), zero (p)
<i>frisdranken</i>	Zie de algemene opmerking bovenaan.

o.a.: 7-Up (p), Coca-Cola (p), **Dubbel Frisss**, (NG: witte druiven & citroen) Fanta (p) (NG: cassis,

~~cassis no sugar~~, pomelo no sugar), Fuze tea (p), G'woon (p) (NG: tintelfruit appel bosvruchten, water & fruit light bosvruchten), Hero cassis (p), Lipton ice tea (p), Orangina (p), Pepsi (p), Royal Club (p), Schweppes (p) (NG: pink tonic), Sisi sinas (p) (NG: no bubbles: mango, strawberry), Sprite (p)

koffie

koffie en oploskoffie in onderstaande toepassingen zonder toevoegingen (p) en tevens:

-bussen **Buisman:** cappuccino speculaas (m), latte hazel-noot vanille (m)

-capsules **Nescafé Dolce Gusto:** café au lait: (m), intenso (m); cappuccino (m), flat white (m), mocha (m); cortado espresso macchiato (m); latte macchiato: (m), caramel (m); starbucks: cappuccino (m), caramel macchiato (m), latte macchiato (m)

(Raadpleeg de app voor compleet overzicht Douwe Egberts, L'or en Nescafé capsules)

-pads **Senseo:** café latte (m), latte vanilla (m), latte macchiato (m); cappuccino: (m), caramel (m), choco (m)

-zakjes **Nescafé:** 3 in 1 (m), amaretto latte (m), cappuccino (m), caramel latte (m), double choc mocha (m), frappé (m), hazelnut latte (m), latte macchiato (m), vanilla latte (m), wiener melange mocha (m)

-zakken **Nescafé:** family: cappuccino (m), wiener melange (m)

koffie aroma **Buisman:** classic (p)

koffiedranken **Douwe Egberts:** icecoffee: cappuccino (m), caramel latte (m), macchiato (m), mocha latte (m)  
In blikjes: Ice cappuccino break (m), Ice mocha latte break (m)

koffiesiroop **Douwe Egberts:** siroop voor in de koffie: hazelnoot (p), karamel (p)

koffieervanger **Zonnatura:** meergranenkoffie (p)

limonadesiroop **G'woon:** vruchtensiroop: aardbei (p), framboos (p) reine claudie (p)  
**Hooghoudt:** citroen limonade (p), reine claudie limonade (p)

**Karvan Cévitam:** alle smaken

(NG: Karvan Cevitam go: alle smaken, witte druif & vlierbloesem)

**Roosvicee:** alle smaken

(NG: rood fruit)

**Slimpie:** aardbei 0% suiker (p), bloedsinaasappel grapefruit 0% suiker (p)

~~Raadpleeg de app voor alle informatie.~~

mineraalwater alle merken (p)

soja-, graan- en notendrank **AH Terra:** haverdrink ongezoet (p)  
**Alpro:** almond (p), almond no sugars (p), banaan (p), chocola (p), macchiato (p), oat no sugars (p), red fruits, vanille (p); soya: original (p), geen suiker (p), light (p)

**Oatly!:** haver: bio (p), calcium (p),

orange mango (p), vanilla (p);

haverdrank: vol (p), halfvol (p), halfvol bio (p)

**Provamel:** ~~almond (p)~~, almond no sugars (p), coconut-almond (p), oat (p), ~~oat calcium (p)~~, oat no sugars (p); rice (p), ~~rice almond (p)~~, rice-coconut (p); soya: ~~calcium (p)~~, no sugars (p), vanille (p)

**Zonnatura:** amandel suikervrij (p), hazelnoot rijst (p)

thee

alle merken: naturel (p)

Lipton, Pickwick, Ricola en Zonnatura: alle smaken (p);

~~Nescafé dolce gusto: Marrakesh style tea (p)~~

vruchtensappen/ groentedranken zie de algemene opmerking bovenaan, o.a.:

**Appelsientje** (p) (NG: zwarte bes);  
**Coolbest:** *extremely exotic* (p), *fruitdrink: orange* (m), *pineapple* (m)  
pink grapefruit (p), premium orange (p)  
**G'woon** (p) (NG: multivitamine: exotisch fruit, geel fruit, rood fruit en multivruchten mild)  
**Healthy People:** cranberry (p), granaatappel (p), kokoswater (p), smoothie mango banaan (p)  
**Hero:** appel (p), sinaasappel (p)  
**Roosvicee:** aardbei-sinaasappel (p), appel rode vrucht (p), bosvruchten (p)  
**Zonnatura:** bietensap (p), cranberrysap (p), pruimensap (p), wortelsap (p)

### 13. Eieren

Uitsluitend van geoorloofde soorten gevogelte, zoals kippeneieren en kwarteleieren.

### 14. Groente

conserven **AH, AH Bio en AH Basic:** alle soorten (p)

(NG: *gegrilde artisjok, gegrilde rode paprika, —kappertjes*)

**Hak:** alle soorten (p)  
spinazie met room (m)  
(NG: *rode bieten sticks 0%, wijnzuurkool*)

**Hak:** peulvruchten gedroogd in pakken: alle soorten  
erwten, bonen en linzen (p)

**Hak:** schotels: bonen mexicaans (p), burrito (p),  
~~kerrie-groente (p)~~, linzen curry (m), ~~mexicaanse groente (p)~~, tortilla (p)

Raadpleeg de app voor alle informatie.

diepvries **AH:** alle soorten (m en p), groenten a la crème  
zijn (m).

Voor bloemkoolroosjes, broccolirosjes en spinazie gelden aanvullende regels.

Raadpleeg de app voor alle informatie.

**Bonduelle:** Groenten voor soep: courgette & erwt (p),  
pompoen & wortel (p), tomaat & paprika (p)

vers en gedroogd

alle soorten; gekookte bieten in fabrieksverpakking, bijv. potten of vacuüm plastic verpakt

salades **Kesbeke:** paprika (p), rauwkost (p), wortel (p)

**Maza:** o.r.t.

zuurkool alle merken (NG: *wijnzuurkool*)

### 15. Ijs

consumptie-ijs/  
sorbetijs **AH:** sorbetijs: citroen (p), mango (p).  
**Ben & Jerry's:** alle soorten (m)

Zie volledige lijst op nik.nl

~~**Boiron:** sorbetijs, fruitcoulis en fruitpuree:  
raadpleeg de app voor alle informatie~~

~~(NG: *citrus fruits cocktail en Spicy mango*)~~

**Häagen-Dasz:** uitsluitend met opdruk OU-D (m)

**Mars ice cream:** mars (m), mars salted caramel (m),  
snickers (m), snickers crisp (m), snickers white (m), twix (m)

**Magnum:** In bekertjes of op stokjes: alle soorten (m)  
(chill blueberry cookie, vegan almond, classic en mini classic almond zijn (p))

(NG: *mini euphoria pink lemonade*)

**Ola Cornetto en Ola Magnum:**

Classico (m), mini classico (m), soft chocolatey (m), strawberry (m)  
Vegan classico (p)

**waterijs**      **AH:** 99% fruitijs tropical (p), TBC fruitstick aardbei watermeloen (p), vrieslollies (p)  
**Nestlé:** pirulo: frutti (p), watermelon (m)  
**OLA:** calippo: mini orange (p), super mix (p);  
festini: aardbei (p), ~~peer (p)~~, fruitmix aardbei en peer (p); lipton green ice tea: (p), liuk (m), raket (p), sinas (p), split (m), super mix (p), super twiter (m), twister peek a blue (p)  
(NG: *twister 3-ster*)  
solero: exotic (m), mango (p), red fruit (p)

**ijswafels**      **Continental Bakeries:** ijsbekertjes (p), oublie hoorntjes (p)  
**Jos Poell:** ijs hoorntjes naturel (m), ijswafel bakjes naturel (m)

## 16. Indische producten en wereldkeuken

**Indisch**      **Conimex:** ~~atjar tjampoer (p)~~, sambal oelek (p);  
**kokosmelk**      Fairtrade Original (p), Go-Tan (p)  
Ketjap en saté saus: zie rubriek 23  
Kroepoek: **AH:** cassave kroepoek (p), cassave koroepoek pittig (p)

**Japans**      **Saitaku:** **kits:** ramen (p), sushi (p)  
**noodles:** ramen (p), soba (p), udon (p)  
cooking sake (p), japanese style mayo original (p), mirin ~~seasoning~~ (p), nori snack (p), panko breadcrumbs (p), ~~poké sushi & salad sprinkle (p), ramen noodles (p)~~, rice vinegar (p), roasted sesame seeds: black (p), white (p); shiro miso paste (p), ~~soba noodles (p)~~, sushi ginger (p), ~~sushi kit (p)~~, sushi nori (p), sushi rice (p), sushi soy sauce (p), tamari soy sauce (p), teriyaki sauce (p), ~~udon noodles (p)~~, wasabi paste (p)

**Mediterraan**      **Maza:** hoemoes: alle varianten (p)

**Mexicaans**      **Santa Maria:** tortilla: uitsluitend **organic** tortilla (het woord organic moet op de verpakking staan):  
super soft medium tortilla: original (p), whole weat (p);  
taco shells (p), mini taco tubs (p);  
taco sauce: mild (p), medium (p);  
hot pepper sauce (p);  
chunky wrap salsa: mild (p), medium (p), hot (p);  
dip salsa medium (p), dip mix: american ranch (p), guacamole (p);  
garlic salsa (p), green jalapeno hot (p), green jalapeno relish (p), red jalapeno hot (p)  
nacho chips original (p), tortilla chips: chilli (p), salted (p);  
seasoning mix: chicken taco (p), crispy chicken (p), fajita original (p)m, taco original (p);

## 17. Koek en tussendoortjes

**banket**      o.r.t. bereid

**koekjes**      **AH:** bakkersmakronen kokos (p), bitterkoekjes (p), brabantse eierkoeken (m), jodekoeken (p), kokos naturel kokoskoek (p), lunettasprits (m);  
choc chip cookies: double choc milk dark cookies (m), triple chocolate (m);  
roomboter: amandeltongen (m), boterkoek (m), boterkoekreepjes (m), jan hagel (m), karamel stroopwafels (m), kletsmaajors (m), krakelingen (m), picolientje (m), spritsen (m);  
speculaas: gevulde speculaas met banketspijs (m), gevulde speculaasslof met amandelspijs (m), mini speculaasjes (m), speculaas variantjes (p), speculaasbrokken met amandelen (p), speculaasmolens met amandelstukjes (p)

**Bolletje:** choconelly (m), kanelly (m), ~~kokonelly (m)~~

**Bonne Maman:** ~~cookies-sablés-noisette (m)~~,  
financiers amandes,  
la madeleine: (m), chocolat au lait (m), lemon (m);  
petits cakes aux fruits (m), petits cookies **pépites de** chocolat (m), petits muffins: au chocolat (p), vanille (p);  
tartelettes:              chocolat caramel (m), citron (m)

**Farm brothers:** almond brownie (p), dark choco & sea salt (p),  
ginger lemon (p), kids choco chip (p)

**G'woon:** ~~appelronde's (m)~~, lange vingers (p)

**Jumbo:** kersenhoef (p), krakeling (m), lange vingers (p),

lekker vrij van gluten mini cakes (p), stroopwafels met roomboter (m)

**Lotus Biscoff:** speculoos: original (p), 6 granen (p)

**Lu:** bastogne (p), bastogne duo (p);  
pim's: framboos (m), sinaasappel (m);  
prince: chocolade-smaak (m), vanillesmaak (m);  
scholierkje: melk (m), puur (m);

~~time out extra dun: melk (m), puur (m);~~

time out granenbiscuits speculaas (p), time out robuuste koeken chocolade (m)

**McVitie's:** crunchy haverkoek (p), digestive original (p), ginger nuts (p)

**Merba:** brownie cookies (m), chocolate cookies (m), triple chocolate cookies (m)

**MinusL:** butterkekse (m), doppelkekse (m), mignon mit vollmilch schokolade (m)

**Nairn's:** oat biscuit breaks: chocolate chip (p), salted caramel (m), stem ginger (p); chunky oat biscuit breaks: blueberry & raspberry (p), dark chocolate &

coconut (p)

**Nutella: & go (m), B-ready (m)**

**Oreo:** original (p), choco brownie (p), crispy & thin (p), crunchies original (p), double ~~crème~~ (p), golden (p), mini (p), mint (p), ~~strawberry cheesecake (p)~~

**Schär:** cookies: butter (m), choco chip (p), digestive choc (m), digestive landtaler (p) salted caramel (p)

**Verkade:** bites: koekballetjes met melkchocolade (m), sjoko rondjes cacao-hazelnoot (m)

café noir original (p), knappertjes (m), lange nekken (m), maria (m);

chocolate chip: melk & puur (m), wit (m);

crisp & choco: melk (m), puur (m);

glutenvrije oaties: naturel (p), melkchocolade (m);

nizza: kaneel (p), kokos: (m), melk (m), puur (m);

mini nizza: kaneel (p), kokos (p);

san francisco: naturel (m), tarwe (m), volkoren (p)

ontbijtkoek

**Bolletje:** smeuijge koek: gesneden (p) ~~en ongesneden (p)~~

**Peijnenburg:** ontbijtkoek en mini's (p);

(Let op: **NG: Peijnenburg dubbel lekker en Peijnenburg lower cal, zero en glutenvrij**).

**Snelle Jelle:** choco (p), kruidkoek (p), rozijnenkoek (p)

**Ware Wieger:** naturel (p)

tussendoortjes

**Be-Kind:** honey roasted nuts & sea salt (p)

karamel amandel & zeezout (m), pure chocolade noten & zeezout (p)

**Bolletje:** goed bezig: krokante graanrepen: cran-

berry (p); ~~waldkorn (p);~~

stevige haverhoutrepen: naturel (p), rood fruit (p)

**Calvé:** pindakaasreep: naturel (p), chocolade (p),

karamel zeezout (m)

**Hero:** b'tween: hazelnoot (p), melk chocolade (m),

~~pinda &~~ pindakaas (m); b'tween big: hazelnoot (p), melkchocolade (m), pinda & chocolade (m)

**Liga:** evergreen crunchy: muesli-chocolade (m),

muesli-rozijnen (m); knapperige haverrepen: honing (p), kokos (p);

~~milkbreak: melk (m), melk choco (p)~~

**Nakd.:** alle soorten (p).

Raadpleeg de app voor alle informatie.

**Snack a Jacks:** caramel (p), ~~chocolate chip (m),~~

~~moroccan spices (p)~~

**Sultana:** fruitbiscuit naturel (m), knapperris:

~~kaneel (m), kokos (m)~~

**Tasty basics:** blauwe bes en kokos (p), choco en noten (p), noten en zaden (p)

**Zonnatura:** appel kaneel notenreep (p), amandel notenreep (p);  
crunch: pinda (p), sesam (p);  
sesam chocolade (m)

## 18. Melk en zuivelproducten

Algemeen: (m), tenzij anders vermeld.

Waar in Nederland geen melk (vers of langhoudbaar), karne- of koffiemelk o.r.t. verkrijgbaar is, kan men noodgedwongen de producten zonder toezicht kopen.

**NG:** alle in deze rubriek voorkomende producten die E120, karmijn of karmijnzuur als kleurstof bevatten.

chocolademelk zie rubriek 12

gecondenseerd **Friesche Vlag:** gecondenseerde volle melk met suiker

**crème fraîche/ AH:** crème fraîche, light, vers; sour cream

**zure room Arla:** crème fraîche lactofree

**Jumbo:** crème fraîche, biologisch, light; verse zure room

**Zaanse hoeve:** crème fraîche

kaas/smeerkaas o.r.t. bereid

karnemelk zie inleiding rubriek en

**Campina:** bosvruchten

kefir naturel: alle merken

**Healthy People:** blauwe bosbessmaak

koffie creamer **Friesche Vlag:** completa

koffiemelk **Alpro:** barita: amandel (p), kokosnoot (p), oat (haver) (p), soya (p)

**Becel:** voor de koffie

**Friesche Vlag:** balance, goudband, halvamel, latte  
opschuimmelk

**MinusL:** kaffeessahne

**Oatly!:** Barista haver (p) (of hafer oat)

**Provamel:** barista oat bio (p)

zie tevens inleiding rubriek

kwark o.r.t. bereid

margarine en **AH:** biologische halvarine (p)

halvarine **Becel:** 100% plantaardig alternatief voor roomboter (p), pro-activ (p), romig (p)

**Flora Plant:** gezouten-salted (p), ongezouten (p)

**Jumbo:** biologische halvarine (p)

**Your Organic Nature:** halvarine (p), halvarine met  
olijfolie (p)

melk zie inleiding rubriek

melkdranken **Campina:** fruitmelk: aardbei, banaan

**Melkunie:** milkshake: aardbei, banaan, vanille;

milk & fruit-~~lichtzoet~~: aardbei-kers, mango

**Protein:** chocolate, raspberry & strawberry, vanilla

pap **Campina:** ~~gortepap~~, griesmeelpap, havermoutpap,  
rijstepap

**Melkunie:** bloempap, gortepap

pudding **Dr Oetker:** paula vanillesmaak

**Melkunie:** protein: chocolate, hazelnut macchiato, salted aramel

room **Campina:** room culinair, culinair light

**MinusL:** sahn zum kochen

room (soja) **Alpro:** cooking (p), cooking light (p), whipping (p)

**Provamel:** rice cuisine (p), soya cuisine (p)

roomboter alle merken (~~let op: NG: Campina botergoud: 70%  
minder vet, halfvolle roomboter, kruidenboter~~)

**Violife:** vioblock (p)

roomstabilisator **Dr. Oetker:** klopfix (p)

slagroom alle merken in zuivere, ongeklepte vorm

vla **Campina:** ~~blanke vla~~, chocolade vla, hopjesvla,

karamel vla, slagroomvla vanille, vanillevla, ~~boerenland vanillevla~~;

---

dubbelvla: aardbei vanille, chocolade vanille, ~~karamel vanille~~; vlaflip dubbel chocolade vanille

Zacht luchtig: banaan, chocolade, framboos, vanille smaak

**Optimel:** vanille

yoghurt naturel: alle merken, ook bulgaarse yoghurt, yoghurt griekse stijl en skyr

**Activia:** aardbei, abrikoos, bosbes, braam framboos, granen, kokosmaak, muesli, perzik 0% vet, pruim, vanillesmaak, vijg

**Almhof:** 0%: aardbei, perzik/maracuja; halfvol: aardbei, perzik;

roomyoghurt: aarbe, **framboos granaatappel, mango**, perzik maracuja, spaanse sinaasappel, stracciatella, walnoot griekse honing;

---

~~biologisch: perzik abrikoos;~~  
 hoekje: aardbei, **choco balls**, choco cookie, kers, venetië

**Campina:** ~~aardbei, perzik~~, vanille;  
 griekse stijl: vleugje aardbei, vleugje vanille

**Melkunie:** ~~0% vet: aardbei, perzik~~; vanille halfvol

**Melkunie Breaker:** apple pie

**Originals:** banana, cherry, peach, strawberry, vanilla

**Specials:** cheesecake raspberry, stracciatella,

**Zero:** aardbei, banaan, framboos granaatappel

---

~~**Oikos:** appel kaneel, blueberry cheesecake, stracciatella, tiramisusmaak~~

**Optimel:** aardbei, bosvruchten, framboos granaatappel, vanille; griekse stijl: ~~kers~~, vanille

yoghurt-drink naturel: alle merken

---

~~**Melkunie Breaker:** aardbei, banaan, cheesecake framboos, kers, perzik; high proteïne: bosbes banaan, framboos granaatappel, vanille~~

**Actimel:** aardbei, kids, sinaasappel

**Optimel:** ~~drink:~~ aardbei, aardbei kers, banaan, framboos, limoen, ~~mango kokos~~, mango passievrucht, peachy aardbei; lang lekker: aardbei framboos, perzik abrikoos

**Vifit:** ~~drink:~~ aardbei, bosvruchten, perzik, rode vruchten, sinaasappel;

**Vifit goedemorgen:** aardbei sinaasappel, framboos blauwe bes, kiwi aardbei banaan, perzik-abrikoos

---

~~**Yoki:** aardbei, framboos, perzik~~

## 19. Natuurvoeding

tahoe, tofu, **AH Terra:** biologisch tofu naturel (p)

soja etc. **Jumbo:** biologische tofu naturel (p), tempeh (p)

## 20. Olie en olieproducten, braadproducten

braadproducten **Becel vloeibaar:** original (p), olijf (p)

~~**Blueband vloeibaar:** iedere dag (p), roomboter-smaak (m)~~

**Campina:** botergoud bakken & braden (m)

**Your Organic Nature:** bak & braad vloeibaar (p)

olie/wokolie **Jumbo:** zonnebloemolie (p)

en voorts in het algemeen plantaardige olie van Nederlands fabrikaat (p), waaronder Becel olie blend (p), olie blend met olijfolie (p), Bertolli (p), **Bio Today: kokosolie koudgeperst**, Conimex wokolie (p), Fairtrade Original kokosolie (p), Reddy (p), Zonnatura lijnzaadolie (p)

## 21. Pasta's en rijst

Algemeen: voor bulgur, couscous, gort, mie, mihoen, pasta, quinoa, rijst, tarly en vermicelli geldt het volgende: producten zonder toevoegingen en producten met geoorloofde E-nummers: geoorloofd alle merken (p). Zie voor E-nummers pag. k-3. Pasta van meel van peulvruchten is (p).

couscous	<b>Lassie:</b> couscous kant-en-klaar (p), maroc (p)
noedels	<b>Conimex:</b> rijstnoedels: 2mm (p), 5 mm (p), woknoedels (p) <b>Fairtrade original:</b> Thaise rijst noedels: bruin (p), wit (p) <b>Honig:</b> mie nestjes: original (p), fijn (p); snelle roerbakmie (p)
rijst	<b>Lassie</b> (p): Raadpleeg de app voor alle informatie. gele rijst en rapido risotto zijn (m) (NG: bijna klaar risotto)
rijstvellen	<b>Koh Thai:</b> loempia rijstvellen (p), rice paper (p), rijstvellen volkoren (p)

## 22. Reinigingsmiddelen

afwasmiddelen	alle synthetische afwasmiddelen zoals Dreft, Dubro, Finish, Finish glans, Sun, <del>Sun spoelglans</del>
schoonmaakmiddelen	Andy, Cif, Glorix, Vim en in het algemeen ook andere synthetische middelen
schuurspons met zeep geprepareerd	uitsluitend o.r.t.
zilverpoets	Brasso, Hagerty, Silvo

## 23. Sauzen

dressing	<b>Calvé:</b> (fles of zakje): honing appel (m), honing mosterd (p), <del>peterselie bieslook (p), yoghurt dille (m)</del> <b>Remia:</b> salata: fijne kruiden (p), honing mosterd (p), magere yoghurt (m)
dressingskruiden	<b>Calvé:</b> salade mix: italiaanse kruiden (m), knoflook (m), tuinkruiden (m), ui peterselie (m)
ketchup	<b>Heinz:</b> alle soorten (p) <b>Remia:</b> ketchup (p)
mayonaise	<b>Calvé:</b> mayonaise (p), belgische mayonaise (p), licht & romig (p), <del>olijfmayonaise (p), yofresh (m)</del> <del><b>Heinz:</b> seriously good (p), seriously good light (p)</del> <b>Remia:</b> mayoliijn (p), mayonaise extra romig (p), <del>liike mayo 100% plantaardig (p)</del>
pasta-saus	<b>Heinz:</b> hot (p), traditional (p) <del><b>Spagheroni:</b> piccante (p), tradizionale (p)</del>
pinda/satésaus	<del><b>Calvé:</b> pindasaus kant &amp; klaar: mild (m), pittig (m); satésaus kant &amp; klaar (m)</del> <b>Conimex:</b> kant-en-klaar: mild (p), <del>pikant (p)</del> ; javaanse pinda satésaus mild (p), pinda satésaus (zakje) (m)
sojasaus	<b>Conimex:</b> ketjap: <del>asin (p)</del> , manis (p), manis gold (p) (NG: ketjap marinade) <b>Kikkoman:</b> sojasaus (p), minder zout (p), glutenvrij (p)
saus overig	<b>Calvé:</b> avocado & citroen (p), broodje unox (p), chunky burger (p), frites saus (p), honing mosterd (p), knoflook (m), knoflook extra (p), mosterd (p), samba (p), schaschlik (p), tomaat & basilicum (p); zoetzuur (p)

~~slasaus: halfvol (p), naturel (p), yoghurt (m)~~  
**Conimex:** gembersiroop (p)  
**Frank's:** redhot: original (p), wings (p)

~~Heinz: barbecue (p), barbecue sweet (p)~~  
**HP:** sauce original (p)  
**Lea & Perrins:** worcestershiresaus (p) (bevat vis)  
**Mc. Ilhenny:** tabasco: chipotle (p), ~~habanero~~

~~sauce (p),~~ pepper sauce (p), green peppersauce (p), sriracha (p)  
**Remia:** curry saus (p), frietje bikkelsaus (p), friteslijn (p);  
fritessaus: classic (p), american (p), halfvol (p), zero (p); hawaïsaus (p), knoflooksaus met verse knoflook (statube) (m);  
tafelsaus: barbecue (p), chili (p), knoflook (p)

**Yildriz:** griekse: tzatziki (m), knoflook (p);  
noorse mosterd dille saus (p), spaanse allioli (p);  
thaise: sriracha (p), sriracha mayo (p);  
turkse: knoflook (p), knoflook hot (p), shoarmasaus (p)

tomatenpuree alle merken pure puree (p) (NG: Heinz tomato frito)

#### 24. Snoep: drop

Algemeen: let op: drop met gelatine is niet geoorloofd

**Autodrop:** piña colada (p), proefritje mojito (p), sex on the beach (p)

**Continental Candy:** drop clowntjes zacht en zoet (p)

**Haribo:** uitsluitend o.r.t.

~~Italiano: l'originale rol (p)~~

**Katja:** dropharingen (p), kokindjes (p), ~~zoete veters~~ ~~fruit-smaken (p)~~

**Klene:** suikervrij: ademin (p), dubbelzoute dobbelstenen (p),

honingbijtjes (p), lauriertjes (p), wybert drop (p), zonnetjes (p), zoete mix (p), zoete zonnetjes (p), zoethouten

hartjes (p);

snoepdrop: fruitklapper (p), gesuikerde duimpjes (p), zoete salmiakboksjes (p)

**Läkerol:** salmiak (p)

**Oldtimers:** favorieten volzoet & mildzout (p), zoute ruiten (p), salmiak klinkers (p), scheepsknopen (p), ~~tractordrop (p), zoete lievelingen (p),~~ zoethouders (p)

**Panda:** liquorice: soft original (p), 4 bars (p), mix (m), raspberry (p), salt bears (p), torpedos (p)

**Potter's:** original (p)

**Venco:** Nldrop zacht zoet (p), salmiak-rondo's (p)

**Wybert:** honing (p), original (p)

#### 25. Snoep: overig (zie ook rubriek 9)

**Anta Flu:** classic (p), menthol: drop, eucalyptus (p),

~~granaatappel cranberry (p),~~ honey lemon (p), mint menthol (p), pink grapefruit (p);

suikervrij: classic (p), ~~eucalyptus menthol (p),~~ mint menthol (p)

**De Bron:** butter toffees (m), cola gums (p), peppermint (p)

**Ferrero:** rafaello (m), rocher (m)

**Fisherman's Friend:** original (p), original (no added sugar) (p); suikervrij: framboos (p), mint (p), salmiak (p), spearmint (p)

**Katja:** apekoppen (p), berepret (p), trouwe rakkers (p), oeries aardbei (p), yoghurt gums (m)

mixen: feel good (p), flower power (p), pop (p), sheroes (p), zure matjes (p);

zure matten: aardbeiensmaak (p), regenboog (p);

zure sticks (p), gevulde zure sticks (p)

**Kopiko:** koffiecandy (m)

**Läkerol:** eucalyptus (p)

**Lemco:** lollies salmiak (p)

**Lonka:** crunchy fudge rice crisps (m);  
 soft fudge: caramel (m), caramel & sea salt (m);  
 soft nougat: caramel (m), peanuts & dark chocolate (m), peanuts & milk chocolate (m), peanuts & fruit (m)  
**Mentos:** rollen: drop (p), fanta (p), fruit (p), mint (p), rainbow (p);  
 pepermuntballen (p), mini fruit (p)  
**Napoleon:** citroen (p), cola (p), drop (p), drop fruit duo (p), framboos (p), fruitmix (p), rood fruit mix (p),  
 watermeloen (p), zwartwit (p)  
**Rademaker:** hopjes (m)  
**Ricola:** original (p);  
 suikervrij: original (p), cranberry (p), eucalyptus (p)  
**Smint:** mint (p), blackmint (p), peppermint (p),  
 spearmint (p)  
**Tictac:** mint (p), sinaasappel smaak (p)  
**Vicks:** naturplus fruit citroen en natuurlijke  
 menthol (p), vapoplus eucalyptus (p), vapoplus blue menthol (p)  
 kauwgom o.r.t. bereid

## 26. Soep en soeppoeder

o.r.t. bereid

**bouillon** **Your Organic Nature:** groentebouillon gistvrij (tabletten en pot) (p)  
 groentebouillon zoutarm (p)  
**Zonnatura:** bouillon tuinkruiden (p)  
**soep:** **Machandel:** erwtensoep (p), gazpachosoep (p), linzensoep (p)

## 27. Specerijen

algemeen: ongemengde kruiden en specerijen zijn geoorloofd (p)

**specerijmixen** uitsluitend o.r.t. en Euroma (p), Jonnie Boer (p) en  
**Verstegen:** burrito (p), chili con carne (p), gehakt traditioneel (p), kip krokant (p), poké bowl (p)  
**zout/zeezout** alle merken (p)

## 28. Suiker en zoetstof

**suiker** basterdsuiker, geleisuiker, kandij, kristalsuiker, poedersuiker, rietsuiker, vanillesuiker: alle merken (p)  
**druivensuiker** uitsluitend in poedervorm (p)  
 (NG: Dextro energietabletten)  
**zoetstof** **Canderel:** original: poeder (p), tabletten (m),  
 vloeibaar (p);  
 green: klontjes (p), poeder (p), tabletten (m);  
 sugarly (p)  
**Hermesetas:** mini sweeteners (p)  
**Natrena:** tabletjes (p), stevia (p), zoetjes (p)

## 29. Tafelzuur en azijn

**algemeen** **NG:** tafelzuur in wijnazijn  
**augurken/komkommer** in potten of blik (p)  
 (NG: pekelaugurken, zuur in wijnazijn, Kesbeke biologische augurken, kuhne mierikswortel)  
**azijn** **Jumbo:** natuurazijn (p) en bio natuurazijn (p)  
**Kühne:** natuurazijn blank (p) en geel (p),  
**Tromp&Rueb:** appelazijn (p) en kruidenazijn (p)  
 en voorts alle natuurazijn en synthetische azijn van

Nederlands fabrikaat (NG: *wijnazijn*)

~~Zonnatura: appelciderazijn (p)~~

*mosterd*

**Colman's:** mustard (poeder) (p)

**Kuhne:** dijon mosterd (p), franse mosterd (p), grove mosterd (p), honing mosterd (p)

**Mostermolen De Huisman:** echte zaanse mosterd:

fijngemalen (p), grofgemalen (p)

*olijven*

in conserven en voorverpakt in zakjes (p). Kijk naar mogelijk voorkomen van ongeoorloofde E-nummers

*piccallilly*

**Kesbeke:** pittig (p), amsterdamse picallilly (p)

*uitjes*

in natuurazijn (p)

### 30. Vis en visconserven

*ansjovispastei* o.r.t. bereid

*verse vis*

Algemeen: vissen moeten schubben en vinnen hebben. De consument moet deze kunnen waarnemen.

Lijst van geoorloofde vis en vertaling in diverse talen: zie tegenoverliggende pagina.

*diepvriesvis*

bevroren zalmfilet en AH kabeljauwfilet zijn toegestaan. (*Andere visfilets kunnen geïnjecteerd zijn met ongeoorloofde proteïnen*)

*gemarineerde* **Ouwehand:** rolmops (p), zoetzure haring (p),

*en gezouten vis* zure haring (p), maatjesharing (p), ~~haringrugjes (p)~~

*gerookte makreel*

*Alle merken met een van de volgende codes op*

*de verpakking: NL6103, NL6138*

*gerookte zalm*

Alle merken met een van de volgende codes op

de verpakking: NL6063, NL6115, NL6286, NL6595, NL6602, **NL217673**, PL22121818

*visconserven*

geoorloofde vis in geoorloofde olie, hetgeen duidelijk op de verpakking dient te staan

### 31. Vlees, gevogelte en vleesvervangers

*vlees/gevogelte* uitsluitend o.r.t.

*vleesvervangers* **Beyond Meat:** burger (p), burger chicken style (p), **hack (p)**, **sausage (p)**, meat balls (p), ~~mince (p)~~, sausage (p)

**Garden Gourmet:** fijngehakt (p), rookworst (p),

spekreepjes (p), worstjes (p)

**Jumbo:** falafel (p), groenteballetjes (p), groenteschijf (p)

groenteballetjes (p)

**Maza:** falafel: (p), hot 'n spicy (p), falafel snack (p),

tamatim (p)

**Redefine meat:** premium burgers (p), pulled beef (p)

### 32. Voedingssupplementen

**Solgar:** uitsluitend met opdruk Kof-K (p)

### 33. Vruchtenconserven

*fruitconserven*  
alle merken

*(NG: fruit-cocktail en producten die E120, E163 of druivensap bevatten)*

*appelmoes,* alle merken (p)  
*-compote*

*rabarbercompote* **Hak**

*vlaaifruit* **Hak:** bosvruchten (p), kersen (p)