

PRIJSLIJST TOPSPORTMAALTIJDEN

Een volledige en betaalbare lijn van kwalitatief goede, lekkere en uitgebalanceerde topsportmaaltijden.





• UITGEBALANCEERD ÉN SMAAKVOL •

	MAALTIJD	MAAT	GEWICHT	PRIJS [EX. BTW]
	RAVIOLI TOMATENSAUS Pasta, ricotta, tomaat, paprika, spinazie.	REGULAR	550 G KH 116 g Eiwit 23 g Vet 24 g Kcal 836	Per maaltijd € 6,39 Per doos (6) €38,34 Artikelcode: 13504014
		VEGA	XL	675 G KH 149 g Eiwit 31 g Vet 32 g Kcal 1026
	VEGA BONENSTOOF MET RIJST Rijst, vega gehakt, tomaat, paprika, zwarte bonen, maïs.	REGULAR	500 G KH 83 g Eiwit 30 g Vet 15 g Kcal 600	Per maaltijd € 5,39 Per doos (6) €32,34 Artikelcode: 13504016
		VEGA	XL	610 G KH 104 g Eiwit 35 g Vet 17 g Kcal 733
	VEGETARISCHE PASTA BOLOGNESE Pasta, vega gehakt, tomaat, wortel, paprika.	REGULAR	550 G KH 83 g Eiwit 28 g Vet 11 g Kcal 567	Per maaltijd € 5,39 Per doos (6) €32,34 Artikelcode: 13504000
		VEGA	XL	710 G KH 106 g Eiwit 36 g Vet 14 g Kcal 724
	VEGETARISCHE KIP MASALA Rijst, vega kip, tomaat, sperziebonen.	REGULAR	570 G KH 86 g Eiwit 33 g Vet 13 g Kcal 621	Per maaltijd € 6,39 Per doos (6) €38,34 Artikelcode: 13504001
		VEGA	XL	730 G KH 95 g Eiwit 46 g Vet 18 g Kcal 752



• MET LEKKER VEEL GROENTE •

	MAALTIJD	MAAT	GEWICHT	PRIJS <small>(EX. BTW)</small>
 <p>INDIASE LINZENCURRY PANEER</p> <p>Rijst, paneerkaas, spinazie, linzen, paprika.</p> <p>VEGA ■ <small>Glutenvrij</small></p>		XL	650 G KH 111 g Eiwit 40 g Vet 36 g Kcal 975	Per maaltijd € 7,39 Per doos (6) €44,34 Artikelcode: 13503027
	<hr/>			
 <p>INDIASE KORMA BLOEMKOOLCURRY</p> <p>Rijst, bloemkool, paneerkaas, aardappel, tomaat.</p> <p>VEGA ■ <small>Glutenvrij</small></p>		REGULAR	560 G KH 78 g Eiwit 24 g Vet 18 g Kcal 605	Per maaltijd € 5,39 Per doos (6) €32,34 Artikelcode: 13504011
		XL	690 KH 97 g Eiwit 28 g Vet 23 g Kcal 731	Per maaltijd € 6,39 Per doos (6) €38,34 Artikelcode: 13503030
 <p>VEGETARISCHE BOBOTI</p> <p>Aardappel, vega gehakt, sperziebonen, mango, rozijnen.</p> <p>VEGA</p>		XL	732 G KH 81 g Eiwit 26 g Vet 14 g Kcal 586	Per maaltijd € 6,39 Per doos (6) €38,34 Artikelcode: 13503029
	<hr/>			
 <p>PASTA ZONGEDROOGDE TOMAAT</p> <p>Pasta, zongedroogde tomaat, wortel, erwtten, kaas.</p> <p>VEGA</p>		XL	650 G KH 117 g Eiwit 32 g Vet 18 g Kcal 793	Per maaltijd € 6,39 Per doos (6) €38,34 Artikelcode: 13503025

• SAMENGESTELD DOOR VOEDINGSEXPERTS •

MAALTIJD

MAAT

GEWICHT

PRIJS (EX. BTW)



KRUIDIG INDONESISCH VISGERECHT

Rijst, witvis, sperziebonen,
tomaat, paprika.

VIS

- Glutenvrij
- Lactosevrij

REGULAR

580 G
KH 81 g
Eiwit 36 g
Vet 16 g
Kcal 632

Per maaltijd € 7,39
Per doos (6) €44,34

Artikelcode: 13504006

XL

725 G
KH 102 g
Eiwit 45 g
Vet 21 g
Kcal 775

Per maaltijd € 8,39
Per doos (6) €50,34

Artikelcode: 13503035



PASTA PENNE PESTO GEROOKTE ZALM

Pasta, zalm, spinazie, olijven,
tomaat.

VIS

XL

700 G
KH 98 g
Eiwit 50 g
Vet 40 g
Kcal 994

Per maaltijd € 8,39
Per doos (6) €50,34

Artikelcode: 13503044



PASTA PUTTANESCA ZALM

Pasta, zalm, tomaat, ricotta,
boerenkool, kaas.

VIS

REGULAR

480 G
KH 84 g
Eiwit 30 g
Vet 15 g
Kcal 612

Per maaltijd € 7,39
Per doos (6) €44,34

Artikelcode: 13504015

XL

630 G
KH 112 g
Eiwit 37 g
Vet 20 g
Kcal 803

Per maaltijd € 8,39
Per doos (6) €50,34

Artikelcode: 13503048



RUNDVLEES TERIYAKI

Rijst, rundvlees, sperziebonen,
wortel, paprika.

RUND

- Lactosevrij

REGULAR

580 G
KH 81g
Eiwit 30 g
Vet 12 g
Kcal 560

Per maaltijd € 7,39
Per doos (6) €44,34

Artikelcode: 13504005

XL

700 G
KH 98 g
Eiwit 36 g
Vet 14 g
Kcal 672

Per maaltijd € 8,39
Per doos (6) €50,34

Artikelcode: 13503043



• AANBEVOLEN DOOR OLYMPISCHE ATLETEN •

MAALTIJD

MAAT

GEWICHT

PRIJS (EX. BTW)



AZIATISCHE NOODLES MET RUNDVLEES

Noodles, rundvlees,
champignons, sperziebonen,
zwarte pepersaus.

RUND

■ Lactosevrij

REGULAR

550 G

KH 83 g
Eiwit 33 g
Vet 17 g
Kcal 630

Per maaltijd

€ 7,39

Per doos (6)

€44,34

Artikelcode: 13504004

XL

775 G

KH 101 g
Eiwit 42 g
Vet 22 g
Kcal 798

Per maaltijd

€ 8,39

Per doos (6)

€50,34

Artikelcode: 13503033



PASTA BOLOGNESE

Pasta, rundvlees, tomaat,
courgette, wortel.

RUND

REGULAR

560 G

KH 81 g
Eiwit 24 g
Vet 15 g
Kcal 566

Per maaltijd

€ 5,39

Per doos (6)

€32,34

Artikelcode: 13504010

XL

660 G

KH 112 g
Eiwit 33 g
Vet 22 g
Kcal 799

Per maaltijd

€ 6,39

Per doos (6)

€38,34

Artikelcode: 13503024



SHEPARD'S PIE RUNDVLEES

Aardappel, rundvlees,
doperwtten, wortel, kaas.

RUND

■ Glutenvrij

REGULAR

580 G

KH 70 g
Eiwit 39 g
Vet 19 g
Kcal 630

Per maaltijd

€ 7,39

Per doos (6)

€44,34

Artikelcode: 13504002

XL

710 G

KH 92 g
Eiwit 45 g
Vet 21 g
Kcal 760

Per maaltijd

€ 8,39

Per doos (6)

€50,34

Artikelcode: 13503032



RUNDVLEES BIMIMBAP

Rijst, rundvlees, wortel, rettich,
shiitake, spinazie.

RUND

■ Lactosevrij

XL

600 G

KH 96 g
Eiwit 36 g
Vet 39 g
Kcal 889

Per maaltijd

€ 8,39

Per doos (6)

€50,34

Artikelcode: 13503034

▪ MAKKELIJK EN SNEL ▪



MAALTIJD

PASTA ARRABIATA GEHAKTBALLETJES

Pasta, rundvlees, courgette, paprika, tomaat.

RUND

REGULAR

GEWICHT

545 G

KH 82 g
Eiwit 32 g
Vet 19 g
Kcal 627

PRIJS (EX. BTW)

Per maaltijd € 6,39
Per doos (6) €38,34

Artikelcode: 13504008

XL

700 G

KH 105 g
Eiwit 39 g
Vet 27 g
Kcal 833

Per maaltijd € 7,39
Per doos (6) €44,34

Artikelcode: 13503026



MAALTIJD

KIP TAJINE SAUS COUSCOUS

Couscous, kip, courgette, pompoen, rozijnen.

KIP

■ Lactosevrij

REGULAR

590 G

KH 84 g
Eiwit 33 g
Vet 14 g
Kcal 613

Per maaltijd € 7,39
Per doos (6) €44,34

Artikelcode: 13504018

XL

740 G

KH 110 g
Eiwit 42 g
Vet 18 g
Kcal 798

Per maaltijd € 8,39
Per doos (6) €50,34

Artikelcode: 13503049



MAALTIJD

THREE CUP CHICKEN

Rijst, kip, broccoli, soja saus, rode peper.

KIP

■ Lactosevrij

REGULAR

517 G

KH 83 g
Eiwit 32 g
Vet 17 g
Kcal 615

Per maaltijd € 6,39
Per doos (6) €38,34

Artikelcode: 13504007

XL

645 G

KH 129 g
Eiwit 34 g
Vet 18 g
Kcal 826

Per maaltijd € 7,39
Per doos (6) €44,34

Artikelcode: 13503031



MAALTIJD

PENNE PASTA BOLOGNESE KIP

Pasta, kip, tomaat, courgette, wortel.

KIP

REGULAR

550 G

KH 86 g
Eiwit 29 g
Vet 18 g
Kcal 637

Per maaltijd € 5,39
Per doos (6) €32,34

Artikelcode: 13504017

XL

660 G

KH 105 g
Eiwit 34 g
Vet 20 g
Kcal 764

Per maaltijd € 6,39
Per doos (6) €38,34

Artikelcode: 13503047

• BINNEN TIEN MINUTEN KLAAR •

	MAALTIJD	MAAT	GEWICHT	PRIJS (EX. BTW)
 <p>KIP MASALA</p> <p>Rijst, kip, bonen, sperziebonen, tomaat.</p> <p>KIP</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Glutenvrij ■ Lactosevrij 		REGULAR	540 G KH 86 g Eiwit 35 g Vet 12 g Kcal 610	Per maaltijd € 6,39 Per doos (6) €38,34 Artikelcode: 13504012
		XL	730 G KH 99 g Eiwit 50 g Vet 20 g Kcal 760	Per maaltijd € 7,39 Per doos (6) €44,34 Artikelcode: 13503040
 <p>PASTA PENNE PESTO KIP</p> <p>Pasta, kip, tomaat, spinazie, room</p> <p>KIP</p>		REGULAR	570 G KH 74 g Eiwit 35 g Vet 14 g Kcal 581	Per maaltijd € 5,39 Per doos (6) €32,34 Artikelcode: 13504009
		XL	700 G KH 91 g Eiwit 43 g Vet 17 g Kcal 714	Per maaltijd € 6,39 Per doos (6) €38,34 Artikelcode: 13503039
 <p>MEXICAANSE KIPSCHOTEL</p> <p>Rijst, kip, maïs, kidneybonen, paprika.</p> <p>KIP</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Glutenvrij ■ Lactosevrij 		REGULAR	530 G KH 80 g Eiwit 37 g Vet 13 g Kcal 599	Per maaltijd € 6,39 Per doos (6) €38,34 Artikelcode: 13504003
		XL	720 G KH 101 g Eiwit 50 g Vet 17 g Kcal 778	Per maaltijd € 7,39 Per doos (6) €44,34 Artikelcode: 13503041
 <p>KIP PASTA TOMAAT BASILICUM SAUS</p> <p>Pasta, kip, tomaat, basilicum.</p> <p>VEZELARM</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Lactosevrij 		XL	600 G KH 132 g Eiwit 56 g Vet 23 g Kcal 948	Per maaltijd € 7,39 Per doos (6) €44,34 Artikelcode: 13503038



• TWEE VERSCHILLENDE MATEN •

MAALTIJD

MAAT

GEWICHT

PRIJS (EX. BTW)



SWEET & SOUR KIP MET WITTE RIJST

Rijst, kip, zoetzure saus.

XL

570 G

KH 142 g
Eiwit 35 g
Vet 21 g
Kcal 867

Per maaltijd € 6,39
Per doos (6) €38,34

Artikelcode: 13503036

VEZELARM

- Glutenvrij
- Lactosevrij



GOAN CURRY WITVIS WITTE RIJST

Rijst, witvis, tomaat, cashewnoten.

XL

575 G

KH 104 g
Eiwit 46 g
Vet 37 g
Kcal 931

Per maaltijd € 8,39
Per doos (6) €50,34

Artikelcode: 13503037

VEZELARM

- Glutenvrij



Contact: maaltijden@topsport.amsterdam | 020 470 8708

Deze maaltijden worden op basis van receptuur van de Topsport Amsterdam Topsportkeuken bereid en geleverd door onze partner Marfo.