

EAT

LEARN

LIVE



Menu September 2019



week van 2 tot 6 september

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Pompoensoep 1.9 Gehaktballetjes 1.2.4.5.10.13 Tomatensaus 2.4 Frietjes 6.7.11 Aardappelpuree 2.4.11 Worteltjes 4.11 Groene kool met spekjes 2.4.9.11 Vege balletjes 1.2.4.5.6.7.9.11	Knolseldersoep 1.2.4.9.11. Kipfilet 6.9.11 Currysous 2.4.5.9.11 Rijst Gestoomde aardappel Ananas Boterboontjes 2.4.9.11 Bloemkoolkaasburger 1.2.4.10		Paprikaroomsoep 1.2.4.5.9.11 Gyros 1.2.4.9.11 Tex mex aardappel 2.5.9.10.11 Couscous 2.9.11 Geraspte wortel Wokgroentjes 4.9.11 Vege Gyros 1.2.4.5.9.10.11.	Tomatensoep 1.2.4.5.9.10.11 Visburger 1.2.3.4.6.9.10.11.13 Tartaarsaus 1.5.12 Gefrituurde aardappelblokjes 6.11 Spinaziepuree 1.2.4 Brunoisgroentjes in witte saus 2.4.11 Broccoli Quornburger

Week van 9 tot 13 september

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Broccolisoepp 1.2.4.5.6.9.10.11 Kaasworst 1.2.3.4.5.6.8.9.10.11.12 Bruine saus 1.2.4.11.12 Natuur aardappelen Gebakken Aardappel Appelmoes 2 Romanesco 4.11 Vege burger 1.2.3.4.5.9.10.11.12	Brunoisesoepp 1.2.9.11. Vol au vent 1.2.4.5.9.11. Frietjes 6.7.11 Pilafrijst 2.4.9.11 Ijsbergsla Tomaat in de oven 1.4.5 Quorn vol au vent 1.2.3.4.6.10.11		Champignonsoep 1.2.4.5.6.9.10.11 Spaghetti 1.2 Bolognaisesaus 1.2.4.5.9.11.13 Vege Bolognaise 1.2.3.4.6.9.10.11	Wortelsoep 1.2.4.5.6.9.10.11 Kalkoensteak 1.2.4.6.9.11 Looksaus 1.5.12 Groentenrijst 2.9.11 Aardappelpuree 2.4.11 Groene boontjes 4.11 Prei in de room 1.2.4.9.11.11 Quornblokjes 1.2.3.6.10.11

EAT

LEARN

LIVE



Menu september 2019

Week van 16 tot 20 september

ENERGIE MENU



Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Bloemkoolsoep 1.2.4.9.11 Paprikaschnitzel 1.2.5.9.11 Zigeunersaus Gestoomde aardappel Couscous 2.9.11 Erwtjes en worteltjes 4.11 Gebakken courgette 4.11 Vege schnitzel 1.2.11	Seldersoep 1.2.4.9.11 Vlaamse Carbonade 1.2.4.5.9.11.12 Frietjes 6.7.11 Cajun aardappel Komkommer Perzik Vege stoofvlees 1.2.3.4.5.6.9.10.11.12		Tomatensoep met basilicum 1.2.4.9.11 Gemarineerde kipfilet 4.11 Choronsaus 1.2.5.9.11.12 Aardappelnootjes 2.11 Provençaalse aardappel Bloemkool in witte saus 1.2.4.9.11 Prei in witte saus 4.9.11 Quornfilet 1.2.3.6.11.	Minestrone-soep 1.2.9.11 Viskrokantje 1.2.3.4.6.10.11. Curry-bieslookmayonaise 1.2.5.9.10 Aardappelpuree 2.4.11 Peterselieaardappel Spinazie in de room 2.4.11 Venkel Broccolidriehoek 1.2.4.6.7.11

Week van 23 tot 27 september

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Courgettesoep 1.2.4.9.11 Mimosaburger 1.2.4.5.11 Thymsaus 2.4.12 Krieltjes Aardappel met spekjes 4.11 Worteltjes met honing 4.11 Knolselderblokjes 4.9.11 Southern quorn 1.2.3.4.6.10.11	Preisoep 2.4.9.11 Kippereepjes 9 Currycocossaus 1.2.4.5.9.10.11 Gestoomde aardappelblokjes Gele rijst 9.11 Ananas Snijboontjes 4.9.11 Vege lasagne 1.2.4.11		Kervelsoep 1.2.4.9.11. Penne 1.2 Ham en kaassaus 1.2.4.9.11 Penne 4 kazen 2.4.11	Groentensoep 1.2.4.9.11 Goulash 1.2.4.5.9.10.11 Frietjes 6.7.11 Natuur-aardappel Erwtjes 4.11 Vergeten groentjes 4.11 Vege goulash 1.2.4.5.9.10.11

EAT

LEARN

LIVE



Menu september 2019

Week van 30 september tot 4 oktober

ENERGIE MENU
VEEL VEEL ENERGIE



Maandag

Dinsdag

Woensdag

Donderdag

Vrijdag

Maissoep 1.2.4.9.11
 Cordon bleu 1.2.4.9.11
 Tomatensaus 1.2.9.11
 Gestoomde aardappelen
 Tarwe 2.11
 Broccolimix 4.11
 Groene kool 4.11

Vege cordon bleu 1.2.4.11