


MENU WEEK 40 t.e.m. 42

DIEETGROEP 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 WEEK 40	2/10/2023	3/10/2023	4/10/2023	5/10/2023	6/10/2023
	Kervelsoep	Groentensoep	Bloemkoolsoep	Spinaziesoep	Tomatensoep
	Kalkoenwaterzooi juliennegroentjes puree van zoete aardappel	Spaghetti bolognaise met rundsvlees en groentjes	Rundsburger met barbecuesaus kerstomaat volkorenrijst	Veggie falafel appelmoes gebakken zoete aardappel	Kabeljauw groene boontjes quinoa
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert
WEEK 41	9/10/2023	10/10/2023	11/10/2023	12/10/2023	13/10/2023
	Broccolisoepe	Tomatensoep	Preisoep	Bloemkoolsoep	Pompensoep
	Kalkoenlapje ratatouille parboiled rijst	Rundsburger crème van erwten gestoofde zoete aardappel	Kippenreepjes met bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie spaghetti arrabiata met kerstomaat & aubergine	Zalmfilet met waterkerssaus courgette gele rijst
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
WEEK 42	16/10/2023	17/10/2023	18/10/2023	19/10/2023	20/10/2023
	Wortelsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Bloemkoolsoep	Courgettesoep
	Kalfsragout groentebouillon volkorenrijst	Kalkoengehaktbroodje pepersaus bloemkool quinoa	Penne kalkoenhamreepjes preisau	Chili met kikkererwten mais-, erwt- en rode paprika- rijst	Tongscharrolletjes kokosmelk Pompoen Knolselder
	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*


MENU WEEK 43 t.e.m. 45

DIEETGROEP 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 WEEK 43	23/10/2023	24/10/2023	25/10/2023	26/10/2023	27/10/2023
	Kervelsoep	Bloemkoolsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Spinaziesoep
	Spaghetti bolognaise met rundsvlees en groentjes	Kalkoenwaterzooi julienegroentjes puree van zoete aardappel	Kippenreepjes met bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie falafel kerstomaat volkorenrijst	Zalm stoemp van zoete aardappel broccoli
	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*
WEEK 44	30/10/2023	31/10/2023	1/11/2023 ALLERHEILIGEN	2/11/2023 ALLERZIELEN	3/11/2023 BRUGDAG
	Groentensoep	Tomatensoep			
	Rundsgenhakt stroganoff Volkorenrijst paprika geel,rood	Kalkoenbroodje jus creme bloemkool zoete aardappel	ALLERHEILIGEN	ALLERZIELEN	BRUGDAG
	Fruit*	Fruit*			
WEEK 45	6/11/2023	7/11/2023	8/11/2023	9/11/2023	10/11/2023
	Bloemkoolsoep	Pompoensoep	Preisoep	Tomatensoep	Broccolisoepp
	Kalkoenlapje pastinaak, erwten en wortelen	Penne kalkoenhamreepjes preisau	Rundsburger met jus appelmoes gebakken zoete aardappel	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst	Vispannetje curry basmatirijst kerstomaat
	Fruit*	Rozijntjes	Fruit*	Schepdessert	Fruit*


MENU WEEK 40 t.e.m. 42

DIEETGROEP 2

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 WEEK 40	2/10/2023	3/10/2023	4/10/2023	5/10/2023	6/10/2023
	Kervelsoep	Groentensoep	Bloemkoolsoep	Spinaziesoep	Tomatensoep
	Veggie waterzooi julienegroentjes puree van zoete aardappel	Veggie spaghetti bolognaise met soja en groentjes	Veggie burger met barbecuesaus kerstomaat volkorenrijst	Veggie falafel appelmoes gebakken zoete aardappel	Veggie worst pastinaak, erwten en wortelen
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert
WEEK 41	9/10/2023	10/10/2023	11/10/2023	12/10/2023	13/10/2023
	Broccolisoepe	Tomatensoep	Preisoep	Bloemkoolsoep	Pompensoep
	Quornblokjes ratatouille parboiled rijst	Veggie falafel crème van erwten wortel	Groenteburger in bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie spaghetti arrabiata met kerstomaat & aubergine	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
WEEK 42	16/10/2023	17/10/2023	18/10/2023	19/10/2023	20/10/2023
	Wortelsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Bloemkoolsoep	Courgettesoep
	Veggie filet met quorn groentebouillon volkorenrijst	Veggie burger stoemp van zoete aardappel broccoli	Quornblokjes spinaziesaus gebakken aardappeltjes	Chili met kikkererwten mais-, erwt- en rode paprika- rijst	Veggie worst pastinaak, erwten en wortelen
	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*


MENU WEEK 43 t.e.m. 45

DIEETGROEP 2

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 WEEK 43	23/10/2023	24/10/2023	25/10/2023	26/10/2023	27/10/2023
	Kervelsoep	Bloemkoolsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Spinaziesoep
	Veggie spaghetti bolognaise met soja en groentjes	Veggie waterzooi julienegroentjes puree van zoete aardappel	Groenteburger in bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie falafel kerstomaat volkorenrijst	Veggie burger stoemp van zoete aardappel broccoli
	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*
WEEK 44	30/10/2023	31/10/2023	1/11/2023 ALLERHEILIGEN	2/11/2023 ALLERZIELEN	3/11/2023 BRUGDAG
	Groentensoep	Tomatensoep			
	Sojagehakt pestosaus Pastarijst broccoli	Veggie worst jus boerenkoolstampot	ALLERHEILIGEN	ALLERZIELEN	BRUGDAG
	Fruit*	Fruit*			
WEEK 45	6/11/2023	7/11/2023	8/11/2023	9/11/2023	10/11/2023
	Bloemkoolsoep	Pompoensoep	Preisoep	Tomatensoep	Broccolisoeep
	Veggie kerrie met bloemkool, linzen, zoete aardappel basmatirijst	Quornblokjes spinaziesaus gebakken aardappeltjes	Veggie burger met appelmoes appelmoes gebakken zoete aardappel	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst	Veggie falafel creme knolselder wortelblokjes
	Fruit*	Rozijntjes	Fruit*	Schepdessert	Fruit*


MENU WEEK 46 t.e.m. 48

DIEETGROEP 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 WEEK 46	13/11/2023	14/11/2023	15/11/2023	16/11/2023	17/11/2023
	Kervelsoep	Groentensoep	Bloemkoolsoep	Spinaziesoep	Tomatensoep
	Kalkoenwaterzooi juliennegroentjes puree van zoete aardappel	Spaghetti bolognaise met rundsvlees en groentjes	Rundsburger met barbecuesaus kerstomaat volkorenrijst	Veggie falafel appelmoes gebakken zoete aardappel	Kabeljauw groene boontjes quinoa
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert
WEEK 47	20/11/2023	21/11/2023	22/11/2023	23/11/2023	24/11/2023
	Broccolisoepe	Tomatensoep	Preisoep	Bloemkoolsoep	Pompensoep
	Kalkoenlapje ratatouille parboiled rijst	Rundsburger crème van erwten gestoofde zoete aardappel	Kippenreepjes met bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie spaghetti arrabiata met kerstomaat & aubergine	Zalmfilet met waterkerssaus courgette gele rijst
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
WEEK 48	27/11/2023	28/11/2023	29/11/2023	30/11/2023	1/12/2023
	Wortelsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Bloemkoolsoep	Courgettesoep
	Kalfsragout groentebouillon volkorenrijst	Kalkoengehaktbroodje pepersaus bloemkool quinoa	Penne kalkoenhamreepjes preisau	Chili met kikkererwten mais-, erwt- en rode paprika- rijst	Tongscharrolletjes kokosmelk Pompoen Knolselder
	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*


MENU WEEK 49 t.e.m. 51

DIEETGROEP 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 WEEK 49	4/12/2023	5/12/2023	6/12/2023	7/12/2023	8/12/2023
	Kervelsoep	Bloemkoolsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Spinaziesoep
	Spaghetti bolognaise met rundsvlees en groentjes	Kalkoenwaterzooi julienegroentjes puree van zoete aardappel	Kippenreepjes met bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie falafel kerstomaat volkorenrijst	Zalm stoemp van zoete aardappel broccoli
	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*
WEEK 50	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023
	Groentensoep	Tomatensoep	Kervelsoep	Wortelsoep	Courgettesoep
	Rundsgenhakt stroganoff Volkorenrijst paprika geel,rood	Kalkoenbroodje jus creme bloemkool zoete aardappel	Indische massala kalkoen mais-, erwt- en rode paprika- rijst	Veggie penne arrabiata met kerstomaat & aubergine	Kabeljauw met tomatensaus spinazie quinoa
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
WEEK 51	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023
	Bloemkoolsoep	Pompoensoep	Preisoep	Tomatensoep	Broccolisoepp
	Kalkoenlapje pastinaak, erwten en wortelen	Penne kalkoenhamreepjes preisau	Rundsburger met jus appelmoes gebakken zoete aardappel	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst	Vispannetje curry basmatirijst kerstomaat
	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*


MENU WEEK 46 t.e.m. 48

DIEETGROEP 2

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 WEEK 46	13/11/2023	14/11/2023	15/11/2023	16/11/2023	17/11/2023
	Kervelsoep	Groentensoep	Bloemkoolsoep	Spinaziesoep	Tomatensoep
	Veggie waterzooi julienegroentjes puree van zoete aardappel	Veggie spaghetti bolognaise met soja en groentjes	Veggie burger met barbecuesaus kerstomaat volkorenrijst	Veggie falafel appelmoes gebakken zoete aardappel	Veggie worst pastinaak, erwten en wortelen
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert
WEEK 47	20/11/2023	21/11/2023	22/11/2023	23/11/2023	24/11/2023
	Broccolisoepe	Tomatensoep	Preisoep	Bloemkoolsoep	Pompensoep
	Quornblokjes ratatouille parboiled rijst	Veggie falafel crème van erwten wortel	Groenteburger in bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie spaghetti arrabiata met kerstomaat & aubergine	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
WEEK 48	27/11/2023	28/11/2023	29/11/2023	30/11/2023	1/12/2023
	Wortelsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Bloemkoolsoep	Courgettesoep
	Veggie filet met quorn groentebouillon volkorenrijst	Veggie burger stoemp van zoete aardappel broccoli	Quornblokjes spinaziesaus gebakken aardappeltjes	Chili met kikkererwten mais-, erwt- en rode paprika- rijst	Veggie worst pastinaak, erwten en wortelen
	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*

MENU WEEK 49 t.e.m. 51

DIEETGROEP 2

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 WEEK 49	4/12/2023	5/12/2023	6/12/2023	7/12/2023	8/12/2023
	Kervelsoep	Bloemkoolsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Spinaziesoep
	Veggie spaghetti bolognaise met soja en groentjes	Veggie waterzooi juliennegroentjes puree van zoete aardappel	Groenteburger in bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie falafel kerstomaat volkorenrijst	Veggie burger stoemp van zoete aardappel broccoli
	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*
WEEK 50	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023
	Groentensoep	Tomatensoep	Kervelsoep	Wortelsoep	Courgettesoep
	Sojagehakt pestosaus Pastarijst broccoli	Veggie worst jus boerenkoolstampot	Veggie Indische massala mais-, erwt- en rode paprika- rijst	Veggie penne arrabiata met kerstomaat & aubergine	Groenteburger in bruine jus peterseliewortel quinoa
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
WEEK 51	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023
	Bloemkoolsoep	Pompoensoep	Preisoep	Tomatensoep	Broccolisoepp
	Veggie kerrie met bloemkool, linzen, zoete aardappel basmatirijst	Quornblokjes spinaziesaus gebakken aardappeltjes	Veggie burger met appelmoes appelmoes gebakken zoete aardappel	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst	Veggie falafel creme knolselder wortelblokjes
	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*