



## MENU WEEK 40 t.e.m. 42

## DIETGROEP 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
  <b>WEEK 40</b>	<b>3/10/2022</b>	<b>4/10/2022</b>	<b>5/10/2022</b>	<b>6/10/2022</b>	<b>7/10/2022</b>
	Broccolisoepp	Tomatensoep	Preisoep	Bloemkoolsoep	Pompensoep
	Kalkoenlapje ratatouille parboiled rijst	Rundsburger crème van erwten gestoofde zoete aardappel	Kalfsreepjes met bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie spaghetti arrabiata met kerstomaat & aubergine	Zalmfilet met waterkerssaus courgette gele rijst
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert
<b>WEEK 41</b>	<b>10/10/2022</b>	<b>11/10/2022</b>	<b>12/10/2022</b>	<b>13/10/2022</b>	<b>14/10/2022</b>
	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*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
<b>WEEK 42</b>	<b>17/10/2022</b>	<b>18/10/2022</b>	<b>19/10/2022</b>	<b>20/10/2022</b>	<b>21/10/2022</b>
	Kervelsoep	Bloemkoolsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Spinaziesoep
	Spaghetti bolognaise met rundsvlees en groentjes	Kalkoenwaterzooi juliennegroentjes puree van zoete aardappel	Kalfsreepjes met bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie falafel kerstomaat volkorenrijst	Zalm stoemp van zoete aardappel broccoli
	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*


## MENU WEEK 43 t.e.m. 45

## DIEETGROEP 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 <b>WEEK 43</b>	<b>24/10/2022</b>	<b>25/10/2022</b>	<b>26/10/2022</b>	<b>27/10/2022</b>	<b>28/10/2022</b>
	Groentensoep	Tomatensoep	Kervelsoep	Wortelsoep	Courgettesoep
	Rundsgehakt 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*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*
<b>WEEK 44</b>	<b>31/10/2022</b> <b>BRUGDAG</b>	<b>1/11/2022</b> <b>ALLERHEILIGEN</b>	<b>2/11/2022</b> <b>ALLERZIELEN</b>	<b>3/11/2022</b>	<b>4/11/2022</b>
				Tomatensoep	Broccolisoepp
	<b>BRUGDAG</b>	<b>ALLERHEILIGEN</b>	<b>ALLERZIELEN</b>	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst	Vispannetje curry basmatirijst kerstomaat
				Schepdessert	Fruit*
<b>WEEK 45</b>	<b>7/11/2022</b>	<b>8/11/2022</b>	<b>9/11/2022</b>	<b>10/11/2022</b>	<b>11/11/2022</b> <b>WAPENSTILSTAND</b>
	Kervelsoep	Groentensoep	Bloemkoolsoep	Spinaziesoep	
	Kalkoenwaterzooi julienegroentjes puree van zoete aardappel	Spaghetti bolognaise met rundsvlees en groentjes	Rundsburger met barbecuesaus kerstomaat volkorenrijst	Veggie falafel appelmoes gebakken zoete aardappel	<b>WAPENSTILSTAND</b>
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	

## MENU WEEK 40 t.e.m. 42

## DIEETGROEP 2

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
  <b>WEEK 40</b>	<b>3/10/2022</b>	<b>4/10/2022</b>	<b>5/10/2022</b>	<b>6/10/2022</b>	<b>7/10/2022</b>
	Broccolisoepp	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*	Fruit*	Schepdessert
<b>WEEK 41</b>	<b>10/10/2022</b>	<b>11/10/2022</b>	<b>12/10/2022</b>	<b>13/10/2022</b>	<b>14/10/2022</b>
	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*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
<b>WEEK 42</b>	<b>17/10/2022</b>	<b>18/10/2022</b>	<b>19/10/2022</b>	<b>20/10/2022</b>	<b>21/10/2022</b>
	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*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*


## MENU WEEK 43 t.e.m. 45

## DIEETGROEP 2

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 <b>WEEK 43</b>	<b>24/10/2022</b>	<b>25/10/2022</b>	<b>26/10/2022</b>	<b>27/10/2022</b>	<b>28/10/2022</b>
	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*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*
<b>WEEK 44</b>	<b>31/10/2022</b> <b>BRUGDAG</b>	<b>1/11/2022</b> <b>ALLERHEILIGEN</b>	<b>2/11/2022</b> <b>ALLERZIELEN</b>	<b>3/11/2022</b>	<b>4/11/2022</b>
				Tomatensoep	Broccolisoepp
	<b>BRUGDAG</b>	<b>ALLERHEILIGEN</b>	<b>ALLERZIELEN</b>	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst	Veggie falafel creme knolselder wortelblokjes
				Schepdessert	Fruit*
<b>WEEK 45</b>	<b>7/11/2022</b>	<b>8/11/2022</b>	<b>9/11/2022</b>	<b>10/11/2022</b>	<b>11/11/2022</b> <b>WAPENSTILSTAND</b>
	Kervelsoep	Groentensoep	Bloemkoolsoep	Spinaziesoep	
	Veggie waterzooi juliennegroentjes puree van zoete aardappel	Veggie spaghetti bolognaise met soja en groentjes	Veggie burger met barbecuesaus kerstomaat volkorenrijst	Veggie falafel appelmoes gebakken zoete aardappel	<b>WAPENSTILSTAND</b>
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	


## MENU WEEK 46 t.e.m. 48

## DIETGROEP 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
  <b>WEEK 46</b>	<b>14/11/2022</b>	<b>15/11/2022</b>	<b>16/11/2022</b>	<b>17/11/2022</b>	<b>18/11/2022</b>
	Broccolisoepp	Tomatensoep	Preisoep	Bloemkoolsoep	Pompensoep
	Kalkoenlapje ratatouille parboiled rijst	Rundsburger crème van erwten gestoofde zoete aardappel	Kalfsreepjes met bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie spaghetti arrabiata met kerstomaat & aubergine	Zalmfilet met waterkerssaus courgette gele rijst
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert
<b>WEEK 47</b>	<b>21/11/2022</b>	<b>22/11/2022</b>	<b>23/11/2022</b>	<b>24/11/2022</b>	<b>25/11/2022</b>
	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*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
<b>WEEK 48</b>	<b>28/11/2022</b>	<b>29/11/2022</b>	<b>30/11/2022</b>	<b>1/12/2022</b>	<b>2/12/2022</b>
	Kervelsoep	Bloemkoolsoep	Groentensoep	Tomatensoep	Spinaziesoep
	Spaghetti bolognaise met rundsvlees en groentjes	Kalkoenwaterzooi juliennegroentjes puree van zoete aardappel	Kalfsreepjes met bruine jus peterseliewortel quinoa	Veggie falafel kerstomaat volkorenrijst	Zalm stoemp van zoete aardappel broccoli
	Fruit*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*


## MENU WEEK 49 t.e.m. 51

## DIEETGROEP 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
  <b>WEEK 49</b>	<b>5/12/2022</b>	<b>6/12/2022</b>	<b>7/12/2022</b>	<b>8/12/2022</b>	<b>9/12/2022</b>
	Groentensoep	Tomatensoep	Kervelsoep	Wortelsoep	Courgettesoep
	Rundsgehakt 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*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*
<b>WEEK 50</b>	<b>12/12/2022</b>	<b>13/12/2022</b>	<b>14/12/2022</b>	<b>15/12/2022</b>	<b>16/12/2022</b>
	Bloemkoolsoep	Pompoensoep	Preisoep	Tomatensoep	Broccolisoe
	Kalkoenlapje pastinaak, erwten en wortelen	Penne kalkoenhamreepjes preisau	Rundsburger met jus appelmoes gebakken zoete aardappel	Geroosterde champignons waterkerssaus courgetterijst	Vispannetje curry basmatirijst kerstomaat
	Fruit*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
<b>WEEK 51</b>	<b>19/12/2022</b>	<b>20/12/2022</b>	<b>21/12/2022</b>	<b>22/12/2022</b>	<b>23/12/2022</b>
	Kervelsoep	Groentensoep	Bloemkoolsoep	Spinaziesoep	Tomatensoep
	Kalkoenwaterzooi julienegroentjes 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*	Schepdessert	Fruit*


## MENU WEEK 46 t.e.m. 48

## DIEETGROEP 2

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
  <b>WEEK 46</b>	<b>14/11/2022</b>	<b>15/11/2022</b>	<b>16/11/2022</b>	<b>17/11/2022</b>	<b>18/11/2022</b>
	Broccolisoeep	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*	Fruit*	Schepdessert
<b>WEEK 47</b>	<b>21/11/2022</b>	<b>22/11/2022</b>	<b>23/11/2022</b>	<b>24/11/2022</b>	<b>25/11/2022</b>
	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*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
<b>WEEK 48</b>	<b>28/11/2022</b>	<b>29/11/2022</b>	<b>30/11/2022</b>	<b>1/12/2022</b>	<b>2/12/2022</b>
	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*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*	Fruit*

## MENU WEEK 49 t.e.m. 51

## DIEETGROEP 2

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
 <b>WEEK 49</b>	<b>5/12/2022</b>	<b>6/12/2022</b>	<b>7/12/2022</b>	<b>8/12/2022</b>	<b>9/12/2022</b>
	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*	Schepdessert	Fruit*	Fruit*
<b>WEEK 50</b>	<b>12/12/2022</b>	<b>13/12/2022</b>	<b>14/12/2022</b>	<b>15/12/2022</b>	<b>16/12/2022</b>
	Bloemkoolsoep	Pompoensoep	Preisoep	Tomatensoep	Broccolisoe
	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*	Fruit*	Fruit*	Schepdessert	Fruit*
<b>WEEK 51</b>	<b>19/12/2022</b>	<b>20/12/2022</b>	<b>21/12/2022</b>	<b>22/12/2022</b>	<b>23/12/2022</b>
	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*	Schepdessert	Fruit*