

WEEK 1		HERFST			
		23-sep	24-sep	25-sep	26-sep
23-sep	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake		
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet	
	Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje		
	Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla		
24-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake		
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade	
	Ronde 4	Cranberry muffin	Kibbeling (vega) met saus		
	Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla		
25-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas	
	Ronde 4	Roomboter cake	Veg. worstenbroodje		
	Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Rauwkost	
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
26-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake		
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Kipsalade	Bitterballen	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes		
	Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
27-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Aardappelsoep met gehaktballetjes	Tonijnsalade	Mini meergranenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus		
	Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla		
28-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Paprikasoepp met kip	Mini tarwebroodje met jonge kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet	
	Ronde 4	Speculaas muffin	Falafel met yoghurt dip		
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla		
29-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet	
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie		
	Ronde 5	Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade	
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit		

WEEK 2	30-sep	Ronde 1 Ronde 2 Ronde 3 Ronde 4 Ronde 5 Ronde 6	Vanille kwark Kokos - mango shake Rode linzen soep Samosa kip Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas Vanille kwark met granola	Brood ontbijt Bosbessen shake Mini volkorenbroodje met grillworst Appel caramel cake Spaghetti bolognese Hopjesvla	Gekookt ei Mini sandwich eiersalade Rauwkost
	1-okt	Ronde 1 Ronde 2 Ronde 3 Ronde 4 Ronde 5 Ronde 6	Perzikenkwark Mandarijnen shake Indiase currysoep met kip Roomboter cake Runderlap met krieltjes en bonen Kwark met appel en perencompote	Brood ontbijt Aardbeien shake Mini volkorenbroodje ham Kaasblokjes Quiche met spinazie en geitenkaas Slagroomvla met bitterkoekjes	Gekookt ei Bitterballen Komkommersalade
	2-okt	Ronde 1 Ronde 2 Ronde 3 Ronde 4 Ronde 5 Ronde 6	Vanille kwark Zwarte bessen shake Tomatencrèmesoep met balletjes Chocolade muffin Varkensfiletlapje met puree en spruitjes Aardbeienmousse met rood fruit	Brood ontbijt Tropical shake Salade met ei Slaatje met rundvlees en ei Fusilli pomodoro met quorngehakt en mozzarella Chocoladevla	Gekookt ei Mini meergranenbroodje met jonge kaas Rauwkost
	3-okt	Ronde 1 Ronde 2 Ronde 3 Ronde 4 Ronde 5 Ronde 6	Aardbeienkwark Peer - bosvruchten shake Pompensoep Kaasblokjes Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes Limoenkwark met gedroogde vruchten	Brood ontbijt Abrikozen shake Mini volkorenbroodje met jonge kaas Kibbeling met remouladesaus Bami met ei en veg. kip Vlaflip	Gekookt ei Panini met kip, pesto en mozzarella Komkommersalade
	4-okt	Ronde 1 Ronde 2 Ronde 3 Ronde 4 Ronde 5 Ronde 6	Vanille kwark Bosbessen shake Champignoncrèmesoep Appeltaart muffin Zoete aardappel masala met vis Kaneelmousse met stroopwafel	Brood ontbijt Ananas shake Slaatje met rundvlees en ei Quiche met kaas en spinazie Italiaanse macaronischotel met kaas Slagroomvla	Gekookt ei Mini volkorenbroodje met oude kaas Rauwkost
	5-okt	Ronde 1 Ronde 2 Ronde 3 Ronde 4 Ronde 5 Ronde 6	Perzikenkwark Frambozen shake Zoete aardappelsoep Spekkoek Broccolistamppot met vega balletjes Chocolademousse	Brood ontbijt Mango shake Mini volkorenbroodje met ham Veg. snackballetjes met kerriemayonaise Nasi goreng met saté Rode vruchten vla	Mini rozijnenbol Hotdogbroodje Rauwkost
	6-okt	Ronde 1 Ronde 2 Ronde 3 Ronde 4 Ronde 5 Ronde 6	Vanille kwark Bananen shake Tomatencrèmesoep met balletjes Roomboter cake Runderstoof met zuurkoolschotel Citroenmousse met speculooscrumble	Brood ontbijt Zwarte bessen shake Salade met geitenkaas en rode biet Kaasbroodjes Groentelasagnette Kwark met appel en perencompote	Mini croissant Mini volkorenbroodje brie Komkommersalade

WEEK 3	7-okt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Erwtensoep met worst	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Falafel met yoghurt dip	
		Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	8-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Groente tandori met rijst	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	9-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
Ronde 2		Aardbei-rabarber shake	Tropical shake		
Ronde 3		Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas	
Ronde 4		Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje		
Ronde 5		Veg. hachee met rode kool stampot	Spaghetti bolognese	Rauwkost	
Ronde 6		Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
10-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Bitterballen	
	Ronde 4	Mini appeltaartje	Poffertjes		
	Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
11-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Paprikasoep met kip	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Quiche Lorraine		
	Ronde 5	Gehaktballetjes met puree en rode biet	Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
12-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Pompensoep	Mexicaanse salade	Hotdogbroodje	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie		
	Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla		
13-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet	
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes		
	Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola		

WEEK 4

14-okt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje	
	Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
15-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Cranberry muffin	Kibbeling (vega) met saus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
16-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
17-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Kipsalade	Bitterballen
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
	Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Gehaktballetjes met krieltjes, erwten en worteltjes	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
18-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Aardappelsoep met gehaktballetjes	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla	
19-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Paprikasoepp met kip	Mini tarwebroodje met jonge kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Speculaas muffin	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla	
20-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie	
	Ronde 5	Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit	

WEEK 5

21-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
	Ronde 3	Rode linzen soep	Mini volkorenbroodje met grillworst	Mini sandwich eiersalade
	Ronde 4	Samosa kip	Appel caramel cake	
	Ronde 5	Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas	Spaghetti bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
22-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
	Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Mini volkorenbroodje ham	Bitterballen
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasblokjes	
	Ronde 5	Runderlap met krieltjes en bonen	Quiche met spinazie en geitenkaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
23-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
	Ronde 4	Chocolade muffin	Slaatje met rundvlees en ei	
	Ronde 5	Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Fusilli pomodoro met quorngehakt en mozzarella	Rauwkost
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
24-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
	Ronde 3	Pompensoep	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	Panini met kip, pesto en mozzarella
	Ronde 4	Kaasblokjes	Kibbeling met remouladesaus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
	Ronde 6	Limoenkward met gedroogde vruchten	Vlaflip	
25-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini volkorenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Quiche met kaas en spinazie	
	Ronde 5	Zoete aardappel masala met vis	Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla	
26-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Hotdogbroodje
	Ronde 4	Spekkoek	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
	Ronde 5	Broccolistamppot met vega balletjes	Nasi goreng met saté	Rauwkost
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla	
27-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes	
	Ronde 5	Runderstoof met zuurkoolschotel	Groentelasagnette	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote	

WEEK 6

28-okt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
29-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Groente tandori met rijst	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
30-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spaghetti bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
31-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Bitterballen
	Ronde 4	Mini appeltaartje	Poffertjes	
	Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
1-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Paprikasoep met kip	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Quiche Lorraine	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met puree en rode biet	Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
2-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Pompensoep	Mexicaanse salade	Hotdogbroodje
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie	
	Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla	
3-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes	
	Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola	

WEEK 7

4-nov	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje	
	Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
5-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Cranberry muffin	Kibbeling (vega) met saus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
6-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
7-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Kipsalade	Bitterballen
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
	Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
8-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Aardappelsoep met gehaktballetjes	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla	
9-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Paprikasoepp met kip	Mini tarwebroodje met jonge kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Speculaas muffin	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla	
10-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie	
	Ronde 5	Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit	

WEEK 8

11-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
	Ronde 3	Rode linzen soep	Mini volkorenbroodje met grillworst	Mini sandwich eiersalade
	Ronde 4	Samosa kip	Appel caramel cake	
	Ronde 5	Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas	Spaghetti bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
12-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
	Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Mini volkorenbroodje ham	Bitterballen
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasblokjes	
	Ronde 5	Runderlap met krieltjes en bonen	Quiche met spinazie en geitenkaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
13-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
	Ronde 4	Chocolade muffin	Slaatje met rundvlees en ei	
	Ronde 5	Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Fusilli pomodoro met quorngehakt en mozzarella	Rauwkost
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
14-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
	Ronde 3	Pompensoep	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	Panini met kip, pesto en mozzarella
	Ronde 4	Kaasblokjes	Kibbeling met remouladesaus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
	Ronde 6	Limoenkward met gedroogde vruchten	Vlaflip	
15-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini volkorenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Quiche met kaas en spinazie	
	Ronde 5	Zoete aardappel masala met vis	Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla	
16-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Hotdogbroodje
	Ronde 4	Spekkoek	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
	Ronde 5	Broccolistampot met vega balletjes	Nasi goreng met saté	Rauwkost
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla	
17-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes	
	Ronde 5	Runderstoof met zuurkoolschotel	Groentelasagnette	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote	

WEEK 9

18-nov	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Erwtensoep met worst	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
19-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Groente tandori met rijst	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
20-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spaghetti bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
21-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Bitterballen
	Ronde 4	Mini appeltaartje	Poffertjes	
	Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
22-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Paprikasoep met kip	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Quiche Lorraine	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met puree en rode biet	Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
23-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Pompensoep	Mexicaanse salade	Hotdogbroodje
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie	
	Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla	
24-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes	
	Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola	

WEEK 10

25-nov	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje	
	Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
26-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Cranberry muffin	Kibbeling (vega) met saus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
27-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
28-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Kipsalade	Bitterballen
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
	Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
29-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Aardappelsoep met gehaktballetjes	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla	
30-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Paprikasoepp met kip	Mini tarwebroodje met jonge kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Speculaas muffin	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla	
1-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie	
	Ronde 5	Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit	

WEEK 11

2-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
	Ronde 3	Rode linzen soep	Mini volkorenbroodje met grillworst	Mini sandwich eiersalade
	Ronde 4	Samosa kip	Appel caramel cake	
	Ronde 5	Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas	Spaghetti bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
3-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
	Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Mini volkorenbroodje ham	Bitterballen
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasblokjes	
	Ronde 5	Runderlap met krieltjes en bonen	Quiche met spinazie en geitenkaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
4-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
	Ronde 4	Chocolade muffin	Slaatje met rundvlees en ei	
	Ronde 5	Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Fusilli pomodoro met quorngehakt en mozzarella	Rauwkost
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
5-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
	Ronde 3	Pompensoep	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	Panini met kip, pesto en mozzarella
	Ronde 4	Kaasblokjes	Kibbeling met remouladesaus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
	Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
6-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini volkorenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Quiche met kaas en spinazie	
	Ronde 5	Zoete aardappel masala met vis	Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla	
7-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Hotdogbroodje
	Ronde 4	Spekkoek	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
	Ronde 5	Broccolistamppot met vega balletjes	Nasi goreng met saté	Rauwkost
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla	
8-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes	
	Ronde 5	Runderstoof met zuurkoolschotel	Groentelasagnette	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote	

WEEK 12

9-dec	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
10-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Groente tandori met rijst	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
11-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spaghetti bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
12-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Bitterballen
	Ronde 4	Mini appeltaartje	Poffertjes	
	Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
13-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Paprikasoep met kip	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Quiche Lorraine	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met puree en rode biet	Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
14-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Pompensoep	Mexicaanse salade	Hotdogbroodje
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie	
	Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla	
15-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes	
	Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola	

16-dec	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje	
	Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
17-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Cranberry muffin	Kibbeling (vega) met saus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
18-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
19-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Kipsalade	Bitterballen
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
	Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
20-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Aardappelsoep met gehaktballetjes	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla	
21-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Paprikasoepp met kip	Mini tarwebroodje met jonge kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Speculaas muffin	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla	
22-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie	
	Ronde 5	Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit	

WEEK 14

23-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
	Ronde 3	Rode linzen soep	Mini volkorenbroodje met grillworst	Mini sandwich eiersalade
	Ronde 4	Samosa kip	Appel caramel cake	
	Ronde 5	Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas	Spaghetti bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
24-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
	Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Mini volkorenbroodje ham	Bitterballen
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasblokjes	
	Ronde 5	Runderlap met krieltjes en bonen	Quiche met spinazie en geitenkaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
25-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
	Ronde 4	Chocolade muffin	Slaatje met rundvlees en ei	
	Ronde 5	Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Fusilli pomodoro met quorngehakt en mozzarella	Rauwkost
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
26-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
	Ronde 3	Pompensoep	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	Panini met kip, pesto en mozzarella
	Ronde 4	Kaasblokjes	Kibbeling met remouladesaus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
	Ronde 6	Limoenkward met gedroogde vruchten	Vlaflip	
27-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini volkorenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Quiche met kaas en spinazie	
	Ronde 5	Zoete aardappel masala met vis	Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla	
28-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Hotdogbroodje
	Ronde 4	Spekkoek	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
	Ronde 5	Broccolistampot met vega balletjes	Nasi goreng met saté	Rauwkost
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla	
29-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes	
	Ronde 5	Runderstoof met zuurkoolschotel	Groentelasagnette	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote	

WEEK 15

30-dec	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
31-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Groente tandori met rijst	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
1-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spaghetti bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
2-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met ei	Bitterballen
	Ronde 4	Mini appeltaartje	Poffertjes	
	Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
3-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Paprikasoep met kip	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Quiche Lorraine	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met puree en rode biet	Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
4-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Pompensoep	Mexicaanse salade	Hotdogbroodje
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie	
	Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla	
5-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Mini volkorenbroodje met ham	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Kaasbroodjes	
	Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola	

WEEK 16

6-jan	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
	Ronde 3	Tomatencrèmesoep met balletjes	Mini volkorenbroodje met oude kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje	
	Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
7-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
	Ronde 3	Champignoncrèmesoep	Slaatje met rundvlees en ei	Mini sandwich met tonijnsalade
	Ronde 4	Cranberry muffin	Kibbeling (vega) met saus	
	Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
8-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
	Ronde 4	Roomboter cake	Veg. worstenbroodje	
	Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Rauwkost
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
9-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
	Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Kipsalade	Bitterballen
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
	Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Gehaktballetjes met krieltjes, erwtjes en worteltjes	Rauwkost
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
10-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
	Ronde 3	Aardappelsoep met gehaktballetjes	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus	
	Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla	
11-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
	Ronde 3	Paprikasoepp met kip	Mini tarwebroodje met jonge kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
	Ronde 4	Speculaas muffin	Falafel met yoghurt dip	
	Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla	
12-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Omelet
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
	Ronde 3	Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie	
	Ronde 5	Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit	