

WEEKMENU

AANBEVOLEN MAALTIJDEN

MAANDAG

- Ontbijt** **Wentelteefje**
spek, banaan, bosbessenyoghurt, sinaasappelsap, koffie
- Lunch** **Broodje Parmezaanse Kip**
gemengde salade, tropisch fruitbeker, chocoladekoekje
- Diner** **Stoofvlees Met Jus**
knoflookpuree, maïs, perziken, sorbet, melk

DINSDAG

- Ontbijt** **Tuingroentenquiche** huisgemaakte friet, fruitbeker, aardbeienyoghurt, sinaasappelsap, koffie
- Lunch** **Goulash**
broccoli, broodje, peren, matte brownie
- Diner** **Geglazuurde varkenshaas**
wortel- en bonenmix, gegratineerde aardappelen, druiven, appelchips, melk

WOENSDAG

- Ontbijt** **Karnemelkpannenkoekjes**
spek, banaan, perzikyoghurt, sinaasappelsap, koffie
- Lunch** **Kip Frans met Linguini**
sperziebonen met rode paprika, fruitige gelatine
- Diner** **Lasagne**
Caesarsalade, knoflooktoast, fruitbeker, melk

DONDERDAG

- Ontbijt** **Gebakken eierschotel**
mini bosbessenmuffins, mandarijnen, frambozenyoghurt, sinaasappelsap, koffie
- Lunch** **Geroosterde kalkoen met jus**
aardappelpuree, groene bonenschotel, appelmoes, dubbele chocoladekoekjes
- Diner** **Rundvleestips met champignons**
eiernoedels, wortel- en bonenmix, vanillepudding, melk

VRIJDAG

- Ontbijt** **Karnemelkpannenkoekjes**
worst, banaan, bosbessenyoghurt, sinaasappelsap, koffie
- Lunch** **Vissandwich**
zoete aardappelfrietjes, koolsla, peren
- Diner** **Met Ricotta gevulde schelpen**
knoflookbroodstengel, gemengde salade, fruitbeker, melk

ZATERDAG

- Ontbijt** **Kaas omelet**
huisgemaakte friet, mini-bosbessenmuffins, mandarijnen, perzikyoghurt, sinaasappelsap, koffie
- Lunch** **Rosbiefsandwich met open gezicht**
aardappelpuree, sperziebonen met rode paprika, engelentaart met bosbessen
- Diner** **Kip Marsala**
rijst, broccoli, kersentaart, melk

ZONDAG

- Ontbijt** **Wafels**
vanilleyoghurt, warme kaneelappelschijfjes, sinaasappelsap, koffie
- Lunch** **Macaroni en kaas**
verse groenteplaat, fruitbeker
- Diner** **Geroosterde varkenslende met jus**
zoete aardappelpuree, sperziebonen, appelmoes, melk

ONTBIJT

MAAK EEN MAALTIJDSELECTIES

Voorgerechten

- Roerei**
normaal of laag cholesterol
- Karnemelkpannenkoekjes**
- Kaas omelet**
- Tofu-klauteren**
- Wentelteefje**
- Kwark en fruitschotel**

Graan

- Havermout**
- Crème van tarwe**
- Speciale K**
- Rozijnen Zemelen**
- Honingnoot Cheerios**
- Rijst Chex**
- Muesli**

Zijkanten

- Huisgemaakte friet**
- Worst**
- Spek**
- Hard gekookt ei**
- Hüttenkäse**

Gebakken goederen

- Geroosterd brood**
tarwe, wit, rogge
- Bagel**
tarwe, puur
- Engelse muffin**
- Bosbessenmuffin**

Fruit

- Appelmoes**
- Banaan**
- Bosbessen**
- Druiven**
- Fruit bakje**
- Mandarijn sinaasappelen**
- Perziken**
- Peren**
- Ananas**
- Kleine fruitschaal**

Yoghurt

- Bosbes**
- Aardbei**
- Perzik**
- Framboos**
- Vanille**
licht of Grieks

Dranken

- Melk**
wit, 1% of heel, chocolade, soja, Lactaid
- Koffie**
normaal, cafeïnevrij
- Hete thee**
normaal, cafeïnevrij, groen
- Ongezoete ijsthee**
Frisdrank
Pepsi®, Dieet Pepsi®, Oranje
- Fruitsap**
appel, sinaasappel, cranberry, druif, pruim, fruitpunch
- Warme chocolademelk**
gewone, verlaagde suiker

Bevat geen vlees, eieren of zuivelproducten

VERKRIJGBAAR BIJ ALLE MAALTIJDEN

LUNCH

MAAK EEN MAALTIJDSELECTIES

Soep

- Crème van Tomaat**
- Kipnoedels**
- Tuin Groente**
- Hartige Pompoen**
- Bouillon**
rundvlees, kip of vegetarisch

Warme voorgerechten

- Gemarineerd Kipfilet**
- Kippenvleugels**
- Geroosterde kalkoen**
- Citroenpeper Schelvis**
- Visnuggets**
- Stoofpot**
- Gehaktbrood**
- Spaghetti met gehaktballetjes,**
- Macaroni en kaas**
- Groentenravioli met Tomatensaus**
- Paddestoel Stroganoff**

Gegrilde voorgerechten

- Hamburger/ Cheeseburger**
- Tuin Groente**
- Zwarte Bonenburger**
- Gegrilde kaas**
- Gegrilde Ham en Kaas**
- Gegrilde Kip Sandwich**
- Tonijn Melt**

Sandwich-voorgerechten

- Brood**
wit, tarwe, rogge
- Vlees**
kalkoen, rosbeef, ham
- Kaas**
Amerikaans, provolone, Zwitsers
- Eier salade**
- Kip salade**
Tonijnsalade
- Bacon Turkey Ranch**
- Wrap Pindakaas en gele**
- Veggie Delight-wrap**
sla, komkommer, ui, wortelen, hummus, kaas optioneel

Persoonlijke pizza-voorgerechten

- Kaas**
- Pepperoni**

Salade voorgerechten

- Gegrilde kip salade**
gegrilde kipfilet, gemengde groenten, tomaten, komkommers
- Cranberry-walnoot Gegrilde kip salade**
gegrilde kipfilet, gemengde groenten, appels, Craisins®, walnoten
- Kwark en Fruitschaal**
- Salade-dressings**
Italiaans, Frans, Ranch, Caesar, blauwe kaas, olie en azijn
- Griekse Salade Met Tofu "Feta"**
gemengde groenten, komkommers, tomaten, rode uien, tofu, Kalamata-olijven
- Koriander Zuidwestelijke Bonensalade**
gemengde groenten, maïs, paprika, ui, selderij, zwarte bonen, cannellini-bonen, kekerbonen, koriander
- Hummusschotel**
hummus, wortelen, kerstomaatjes, groene paprika, pitabroodjes



MAAK EEN MAALTIJD BESTELLEN

BEL 37951 (optie 1) om uw bestelling te plaatsen

ONTBIJT moet voor 18.30 uur besteld worden (de avond ervoor)

LUNCH Voor 10.45 uur besteld

DINER Voor 15.45 uur besteld

U kunt er één (1) van elk selecteren:

Voorgerecht
Groente
Aardappel/Rijst/Pasta
Bijgerecht of soep

Fruit
Nagerecht
Drank