

		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)							
WEEK 1	31-mrt	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
		Ronde 2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
		Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
		Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
		Ronde 5	a- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte ka	39990147	304,4	22,3	17,3	Na- Nasi goreng met veg. kip	30110024	330,7	18,4	36,9	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
	1-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7					
		Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3
		Ronde 4	Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	39990151	340,8	19,1	24,0	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
	2-apr	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
		Ronde 3						Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
		Ronde 4	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Ravioli veg. bolognese	39990038	308,9	17,8	39,4	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
		Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					
3-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3						
	Ronde 3						Quinoasalade met pecannoten	39990055	145,8	3,5	14,5	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8						
	Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	30110089	309,8	19,9	27,3	Na- Surinaamse roti	30110036	202,1	17,4	13,7	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3						
4-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2						
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini meerganenbroodje met oude ka	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Ronde 4	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0						
	Ronde 5	Na- Gestoofd varkensvlees met puree en groenten	30110012	342,8	28,7	18,4	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	39990106	67,4	8,5	8,0	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1						
5-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3		
	Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2						
	Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9	
	Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040266	236,0	10,1	20,8	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4						
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	30110066	316,7	20,6	24,3	Na- Spinazielasagnette met vis	30110033	401,4	20,4	26,1	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1						
6-apr	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7		
	Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1						
	Ronde 3						Salade met geitenkaas en peer	39990042	170,8	5,2	5,2	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en feta	30040284	119,5	5,1	10,2	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6						
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	30110079	274,5	21,1	25,9	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	39990142	315,7	17,5	33,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7	
	Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9						

		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)			
7-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV	Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9		
	Ronde 3						Na- Pokebowl salade	NIEUW	Mini sandwich eiersalade	39990070	100,6	3,3	9,0
	Ronde 4	Appel - caramel cake	30040199	157,2	1,8	20,1	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0		
	Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	39990123	312,9	16,0	28,6	Na- Kip masala met rijst	30110038	291,0	23,3	27,7		
	Ronde 6	Vanille kwark met granola	39990105	160,8	6,3	15,2	Karamel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4		
8-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV	Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9		
	Ronde 3						Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	39990044	94,2	5,5	3,2		
	Ronde 4	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8		
	Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	30110031	231,9	19,6	17,2	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	39990034	277,2	17,5	31,3		
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	39990107	61,6	8,5	6,5	Slagroomvla	30060019	139,1	6,4	16,1		
9-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV	Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1		
	Ronde 3						Na- Couscous salade met feta	39990025	180,9	5,1	16,2		
	Ronde 4	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9		
	Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	30110114	271,2	23,3	19,0	Na- Spaghetti bolognese	39990036	335,9	20,1	29,2		
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	39990121	219,5	2,6	11,2	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1		
10-apr	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV	Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3		
	Ronde 3						Mexicaanse salade	39990143	123,0	5,1	16,2		
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4	Chocolade peer cake	30040203	118,8	1,7	17,0		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en worteltjes	30110048	311,0	21,5	21,5	Na- Bami met ei en veg. kip	30110026	339,5	21,5	30,9		
	Ronde 6	Limoenkward met gedroogde vruchten	39990018	112,4	8,0	19,3	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3		
11-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV	Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7		
	Ronde 3						Na- Pastasalade met kip	39990053	176,9	4,9	16,7		
	Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	30110018	254,3	21,0	18,2	Pastasalade met tonijn	39990163	312,7	19,7	27,4		
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	39990012	305,8	3,9	18,1	Griekse yoghurt met rood fruit	39990120	54,5	6,3	7,2		
12-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV	Mini rozijnenbol	30000007	96,6	3,5	19,7
	Ronde 2	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5		
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8		
	Ronde 4	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2		
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	30110050	283,5	16,5	25,1	Na- Kip sukiyaki met rijst	30110044	267,7	17,0	36,9		
	Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1		
13-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV	Mini croissant	30000005	108,8	2,5	13,8
	Ronde 2	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7		
	Ronde 3						Salade met geitenkaas en rode biet	39990043	144,5	4,4	5,2		
	Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	Wrap met zalsalade	30040009	133,2	5,2	9,3		
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	30110023	263,3	20,3	25,3	Na- Groentelasagnette	30110015	376,4	19,3	27,2		
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	39990021	257,0	2,9	17,1	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1		

WEEK 2

		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)						
14-apr	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
	Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
	Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
	Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
	Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	30110085	216,3	18,6	16,5	Na- Viscurry met rijst	30110065	318,6	15,5	30,6	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Caramel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4					
15-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9					
	Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3
	Ronde 4	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0					
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Vegetarische kip met rijst en zoetzure saus	30110040	301,0	16,8	45,1	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
16-apr	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
	Ronde 3						Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
	Ronde 5	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	30110133	280,0	21,7	16,6	Na- Macaroni veg. bolognese	39990109	283,7	15,7	32,0	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
	Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					
17-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7					
	Ronde 3						Na- Couscous salade met feta	39990025	180,9	5,1	16,2	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9
	Ronde 4	Mini appeltaartje	30040205	185,6	2,7	30,3	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7					
	Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	39990119	285,9	17,7	36,3	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
18-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2					
	Ronde 3						Na- Kipsalade	30050027	108,6	9,5	6,8	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224,3	9,6	22,5	Wrap met hummus en komkommer	30040091	87,0	3,4	8,7					
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	30110007	290,6	20,5	20,3	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	39990107	61,6	8,5	6,5	Slagroomvla met rood fruit	39990013	150,5	6,4	18,6					
19-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3
	Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2					
	Ronde 3						Mexicaanse salade	39990143	123,0	5,1	16,2	ni volkorenbroodje gebraden fricande	30005007	142,9	9,4	12,2
	Ronde 4	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	Indiaas groentetaartje	30040270	129,5	5,0	11,5					
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	30110008	444,5	19,2	13,7	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	39990149	469,1	20,2	38,0	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	39990012	305,8	3,9	18,1	Karamel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4					
20-apr	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV				Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7
	Ronde 2	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9					
	Ronde 3						Na- Linzensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8
	Ronde 4	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	Wrap met zalmalade	30040009	133,2	5,2	9,3					
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	30110051	258,4	21,2	15,7	Na- Lasagnette bolognese	30110025	422,6	20,9	26,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	39990021	257,0	2,9	17,1	Vanille kwark met granola	39990105	160,8	6,3	15,2					

WEEK 3

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)			
21-apr	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
	Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
	Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
	Ronde 5	a- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte ka	39990147	304,4	22,3	17,3	Na- Nasi goreng met veg. kip	30110024	330,7	18,4	36,9	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
22-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7					
	Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3
	Ronde 4	Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	39990151	340,8	19,1	24,0	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
23-apr	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
	Ronde 3						Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
	Ronde 4	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Ravioli veg. bolognese	39990038	308,9	17,8	39,4	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
	Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					
24-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3					
	Ronde 3						Quinoasalade met pecannoten	39990055	145,8	3,5	14,5	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9
	Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
	Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	30110089	309,8	19,9	27,3	Na- Surinaamse roti	30110036	202,1	17,4	13,7	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
25-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2					
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini meerganenbroodje met oude ka	30005025	227,3	11,3	13,5
	Ronde 4	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0					
	Ronde 5	Na- Gestoofd varkensvlees met puree en groenten	30110012	342,8	28,7	18,4	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	39990106	67,4	8,5	8,0	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1					
26-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV		Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3		
	Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2					
	Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
	Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040266	236,0	10,1	20,8	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4					
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	30110066	316,7	20,6	24,3	Na- Spinazielasagnette met vis	30110033	401,4	20,4	26,1	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
27-apr	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV		Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7		
	Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
	Ronde 3						Salade met geitenkaas en peer	39990042	170,8	5,2	5,2	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8
	Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en feta	30040284	119,5	5,1	10,2	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6					
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	30110079	274,5	21,1	25,9	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	39990142	315,7	17,5	33,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7
	Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					

WEEK 4

		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)						
28-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
	Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9					
	Ronde 3						Na- Pokebowl salade	NIEUW				Mini sandwich eiersalade	39990070	100,6	3,3	9,0
	Ronde 4	Appel - caramel cake	30040199	157,2	1,8	20,1	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0					
	Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	39990123	312,9	16,0	28,6	Na- Kip masala met rijst	30110038	291,0	23,3	27,7	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
	Ronde 6	Vanille kwark met granola	39990105	160,8	6,3	15,2	Karamel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4					
29-apr	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9					
	Ronde 3						Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	39990044	94,2	5,5	3,2	Mini volkorenbroodje ham	30005013	141,7	8,9	12,6
	Ronde 4	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
	Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	30110031	231,9	19,6	17,2	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	39990034	277,2	17,5	31,3	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	39990107	61,6	8,5	6,5	Slagroomvla	30060019	139,1	6,4	16,1					
30-apr	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
	Ronde 3						Na- Couscous salade met feta	39990025	180,9	5,1	16,2	lini meergranenbroodje met jonge ka	30005019	215,6	10,5	13,5
	Ronde 4	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9					
	Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	30110114	271,2	23,3	19,0	Na- Spaghetti bolognese	39990036	335,9	20,1	29,2	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	39990121	219,5	2,6	11,2	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
1-mei	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
	Ronde 3						Mexicaanse salade	39990143	123,0	5,1	16,2	volkorenbroodje met gebraden frican	30005007	142,9	9,4	12,2
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4	Chocolade peer cake	30040203	118,8	1,7	17,0					
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtenworteltjes	30110048	311,0	21,5	21,5	Na- Bami met ei en veg. kip	30110026	339,5	21,5	30,9	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
	Ronde 6	Limoenkwaak met gedroogde vruchten	39990018	112,4	8,0	19,3	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
2-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7					
	Ronde 3						Na- Pastasalade met kip	39990053	176,9	4,9	16,7	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4
	Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	30110018	254,3	21,0	18,2	Pastasalade met tonijn	39990163	312,7	19,7	27,4	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	39990012	305,8	3,9	18,1	Griekse yoghurt met rood fruit	39990120	54,5	6,3	7,2					
3-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV				Mini rozijnenbol	30000007	96,6	3,5	19,7
	Ronde 2	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5					
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini volkorenbroodje met ham	30005013	141,7	8,9	12,6
	Ronde 4	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	30110050	283,5	16,5	25,1	Na- Kip sukiyaki met rijst	30110044	267,7	17,0	36,9	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7
	Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
4-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Mini croissant	30000005	108,8	2,5	13,8
	Ronde 2	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7					
	Ronde 3						Salade met geitenkaas en rode biet	39990043	144,5	4,4	5,2	Mini volkorenbroodje brie	30005021	209,2	9,3	12,3
	Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	Wrap met zalmalade	30040009	133,2	5,2	9,3					
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	30110023	263,3	20,3	25,3	Na- Groentelasagnette	30110015	376,4	19,3	27,2	mkommersalade met balsamicodress	39990004	82,1	0,3	2,7
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	39990021	257,0	2,9	17,1	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1					

WEEK 5

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)				
WEEK 6	5-mei	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
		Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
		Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
		Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	30110085	216,3	18,6	16,5	Na- Viscurry met rijst	30110065	318,6	15,5	30,6	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Caramel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4					
	6-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9					
		Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3
		Ronde 4	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0					
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Vegetarische kip met rijst en zoetzure saus	30110040	301,0	16,8	45,1	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
	7-mei	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
		Ronde 3						Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
		Ronde 5	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	30110133	280,0	21,7	16,6	Na- Macaroni veg. bolognese	39990109	283,7	15,7	32,0	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
		Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					
8-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7						
	Ronde 3						Na- Couscous salade met feta	39990025	180,9	5,1	16,2	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9	
	Ronde 4	Mini appeltaartje	30040205	185,6	2,7	30,3	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7						
	Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	39990119	285,9	17,7	36,3	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3						
9-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2						
	Ronde 3						Na- Kipsalade	30050027	108,6	9,5	6,8	Mini meerganbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224,3	9,6	22,5	Wrap met hummus en komkommer	30040091	87,0	3,4	8,7						
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	30110007	290,6	20,5	20,3	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7	
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	39990107	61,6	8,5	6,5	Slagroomvla met rood fruit	39990013	150,5	6,4	18,6						
10-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3		
	Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2						
	Ronde 3						Mexicaanse salade	39990143	123,0	5,1	16,2	ni volkorenbroodje gebraden fricande	30005007	142,9	9,4	12,2	
	Ronde 4	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	Indiaas groentetaartje	30040270	129,5	5,0	11,5						
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	30110008	444,5	19,2	13,7	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	39990149	469,1	20,2	38,0	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	39990012	305,8	3,9	18,1	Karamel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4						
11-mei	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7		
	Ronde 2	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9						
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Ronde 4	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	Wrap met zalmalade	30040009	133,2	5,2	9,3						
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	30110051	258,4	21,2	15,7	Na- Lasagnette bolognese	30110025	422,6	20,9	26,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	39990021	257,0	2,9	17,1	Vanille kwark met granola	39990105	160,8	6,3	15,2						

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)				
WEEK 7	12-mei	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
		Ronde 2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
		Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
		Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
		Ronde 5	a- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte ka	39990147	304,4	22,3	17,3	Na- Nasi goreng met veg. kip	30110024	330,7	18,4	36,9	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
	13-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7					
		Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3
		Ronde 4	Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	39990151	340,8	19,1	24,0	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
	14-mei	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
		Ronde 3						Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
		Ronde 4	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Ravioli veg. bolognese	39990038	308,9	17,8	39,4	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
		Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					
	15-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3					
		Ronde 3						Quinoasalade met pecannoten	39990055	145,8	3,5	14,5	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9
		Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
		Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	30110089	309,8	19,9	27,3	Na- Surinaamse roti	30110036	202,1	17,4	13,7	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
	16-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2					
		Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini meerganenbroodje met oude ka	30005025	227,3	11,3	13,5
		Ronde 4	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0					
		Ronde 5	Na- Gestoofd varkensvlees met puree en groenten	30110012	342,8	28,7	18,4	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	39990106	67,4	8,5	8,0	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1					
	17-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3	
		Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2					
		Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040266	236,0	10,1	20,8	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4					
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	30110066	316,7	20,6	24,3	Na- Spinazielasagnette met vis	30110033	401,4	20,4	26,1	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
	18-mei	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7	
		Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
		Ronde 3						Salade met geitenkaas en peer	39990042	170,8	5,2	5,2	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en feta	30040284	119,5	5,1	10,2	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6					
		Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	30110079	274,5	21,1	25,9	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	39990142	315,7	17,5	33,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7
		Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					

		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)							
WEEK 8	19-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
		Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9					
		Ronde 3						Na- Pokebowl salade	NIEUW				Mini sandwich eiersalade	39990070	100,6	3,3	9,0
		Ronde 4	Appel - caramel cake	30040199	157,2	1,8	20,1	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0					
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	39990123	312,9	16,0	28,6	Na- Kip masala met rijst	30110038	291,0	23,3	27,7	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	39990105	160,8	6,3	15,2	Karamel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4					
	20-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9					
		Ronde 3						Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	39990044	94,2	5,5	3,2	Mini volkorenbroodje ham	30005013	141,7	8,9	12,6
		Ronde 4	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	30110031	231,9	19,6	17,2	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	39990034	277,2	17,5	31,3	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	39990107	61,6	8,5	6,5	Slagroomvla	30060019	139,1	6,4	16,1					
	21-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
		Ronde 3						Na- Couscous salade met feta	39990025	180,9	5,1	16,2	lini meergranenbroodje met jonge ka	30005019	215,6	10,5	13,5
		Ronde 4	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9					
		Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	30110114	271,2	23,3	19,0	Na- Spaghetti bolognese	39990036	335,9	20,1	29,2	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	39990121	219,5	2,6	11,2	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
	22-mei	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
		Ronde 3						Mexicaanse salade	39990143	123,0	5,1	16,2	volkorenbroodje met gebraden frican	30005007	142,9	9,4	12,2
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4	Chocolade peer cake	30040203	118,8	1,7	17,0					
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtes en worteltjes	30110048	311,0	21,5	21,5	Na- Bami met ei en veg. kip	30110026	339,5	21,5	30,9	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
		Ronde 6	Limoenkward met gedroogde vruchten	39990018	112,4	8,0	19,3	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
23-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7						
	Ronde 3						Na- Pastasalade met kip	39990053	176,9	4,9	16,7	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5						
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	30110018	254,3	21,0	18,2	Pastasalade met tonijn	39990163	312,7	19,7	27,4	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	39990012	305,8	3,9	18,1	Griekse yoghurt met rood fruit	39990120	54,5	6,3	7,2						
24-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Mini rozijnenbol	30000007	96,6	3,5	19,7		
	Ronde 2	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5						
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini volkorenbroodje met ham	30005013	141,7	8,9	12,6	
	Ronde 4	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2						
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	30110050	283,5	16,5	25,1	Na- Kip sukiyaki met rijst	30110044	267,7	17,0	36,9	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7	
	Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1						
25-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Mini croissant	30000005	108,8	2,5	13,8		
	Ronde 2	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7						
	Ronde 3						Salade met geitenkaas en rode biet	39990043	144,5	4,4	5,2	Mini volkorenbroodje brie	30005021	209,2	9,3	12,3	
	Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	Wrap met zalmalade	30040009	133,2	5,2	9,3						
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	30110023	263,3	20,3	25,3	Na- Groentelasagnette	30110015	376,4	19,3	27,2	mkommersalade met balsamicodress	39990004	82,1	0,3	2,7	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	39990021	257,0	2,9	17,1	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1						

		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)						
26-mei	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
	Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
	Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
	Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
	Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	30110085	216,3	18,6	16,5	Na- Viscurry met rijst	30110065	318,6	15,5	30,6	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Caramel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4					
27-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9					
	Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3
	Ronde 4	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0					
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Vegetarische kip met rijst en zoetzure saus	30110040	301,0	16,8	45,1	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
	Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
28-mei	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
	Ronde 3						Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
	Ronde 5	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	30110133	280,0	21,7	16,6	Na- Macaroni veg. bolognese	39990109	283,7	15,7	32,0	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
	Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					
29-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7					
	Ronde 3						Na- Couscous salade met feta	39990025	180,9	5,1	16,2	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9
	Ronde 4	Mini appeltaartje	30040205	185,6	2,7	30,3	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7					
	Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	39990119	285,9	17,7	36,3	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
30-mei	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2					
	Ronde 3						Na- Kipsalade	30050027	108,6	9,5	6,8	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224,3	9,6	22,5	Wrap met hummus en komkommer	30040091	87,0	3,4	8,7					
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	30110007	290,6	20,5	20,3	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	39990107	61,6	8,5	6,5	Slagroomvla met rood fruit	39990013	150,5	6,4	18,6					
31-mei	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3
	Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2					
	Ronde 3						Mexicaanse salade	39990143	123,0	5,1	16,2	ni volkorenbroodje gebraden fricande	30005007	142,9	9,4	12,2
	Ronde 4	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	Indiaas groentetaartje	30040270	129,5	5,0	11,5					
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	30110008	444,5	19,2	13,7	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	39990149	469,1	20,2	38,0	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	39990012	305,8	3,9	18,1	Karamel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4					
1-jun	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV				Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7
	Ronde 2	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9					
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8
	Ronde 4	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	Wrap met zalmalade	30040009	133,2	5,2	9,3					
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	30110051	258,4	21,2	15,7	Na- Lasagnette bolognese	30110025	422,6	20,9	26,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	39990021	257,0	2,9	17,1	Vanille kwark met granola	39990105	160,8	6,3	15,2					

WEEK 9

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)				
WEEK 10	2-jun	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
		Ronde 2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
		Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
		Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
		Ronde 5	a- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte ka	39990147	304,4	22,3	17,3	Na- Nasi goreng met veg. kip	30110024	330,7	18,4	36,9	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
	3-jun	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7					
		Ronde 3					Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3	
		Ronde 4	Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	39990151	340,8	19,1	24,0	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
	4-jun	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
		Ronde 3					Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
		Ronde 4	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Ravioli veg. bolognese	39990038	308,9	17,8	39,4	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
		Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Mager kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					
	5-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3					
		Ronde 3					Quinoasalade met pecannoten	39990055	145,8	3,5	14,5	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
		Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	30110089	309,8	19,9	27,3	Na- Surinaamse roti	30110036	202,1	17,4	13,7	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
6-jun	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2						
	Ronde 3					Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini meerganenbroodje met oude ka	30005025	227,3	11,3	13,5		
	Ronde 4	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0						
	Ronde 5	Na- Gestoofd varkensvlees met puree en groenten	30110012	342,8	28,7	18,4	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	39990106	67,4	8,5	8,0	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1						
7-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3		
	Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2						
	Ronde 3					Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9		
	Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040266	236,0	10,1	20,8	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4						
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	30110066	316,7	20,6	24,3	Na- Spinazielasagnette met vis	30110033	401,4	20,4	26,1	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1						
8-jun	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7		
	Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1						
	Ronde 3					Salade met geitenkaas en peer	39990042	170,8	5,2	5,2	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8		
	Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en feta	30040284	119,5	5,1	10,2	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6						
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	30110079	274,5	21,1	25,9	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	39990142	315,7	17,5	33,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7	
	Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Mager kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9						

		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)						
9-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
	Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9					
	Ronde 3						Na- Pokebowl salade	NIEUW				Mini sandwich eiersalade	39990070	100,6	3,3	9,0
	Ronde 4	Appel - caramel cake	30040199	157,2	1,8	20,1	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0					
	Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	39990123	312,9	16,0	28,6	Na- Kip masala met rijst	30110038	291,0	23,3	27,7	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
	Ronde 6	Vanille kwark met granola	39990105	160,8	6,3	15,2	Karamel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4					
10-jun	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9					
	Ronde 3						Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	39990044	94,2	5,5	3,2	Mini volkorenbroodje ham	30005013	141,7	8,9	12,6
	Ronde 4	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
	Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	30110031	231,9	19,6	17,2	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	39990034	277,2	17,5	31,3	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	39990107	61,6	8,5	6,5	Slagroomvla	30060019	139,1	6,4	16,1					
11-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
	Ronde 3						Na- Couscous salade met feta	39990025	180,9	5,1	16,2	lini meergranenbroodje met jonge ka	30005019	215,6	10,5	13,5
	Ronde 4	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9					
	Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	30110114	271,2	23,3	19,0	Na- Spaghetti bolognese	39990036	335,9	20,1	29,2	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	39990121	219,5	2,6	11,2	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
12-jun	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
	Ronde 3						Mexicaanse salade	39990143	123,0	5,1	16,2	volkorenbroodje met gebraden frican	30005007	142,9	9,4	12,2
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4	Chocolade peer cake	30040203	118,8	1,7	17,0					
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtes en worteltjes	30110048	311,0	21,5	21,5	Na- Bami met ei en veg. kip	30110026	339,5	21,5	30,9	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
	Ronde 6	Limoenkwaak met gedroogde vruchten	39990018	112,4	8,0	19,3	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
13-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV			
	Ronde 2	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7					
	Ronde 3						Na- Pastasalade met kip	39990053	176,9	4,9	16,7	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4
	Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	30110018	254,3	21,0	18,2	Pastasalade met tonijn	39990163	312,7	19,7	27,4	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	39990012	305,8	3,9	18,1	Griekse yoghurt met rood fruit	39990120	54,5	6,3	7,2					
14-jun	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV				Mini rozijnenbol	30000007	96,6	3,5	19,7
	Ronde 2	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5					
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini volkorenbroodje met ham	30005013	141,7	8,9	12,6
	Ronde 4	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	30110050	283,5	16,5	25,1	Na- Kip sukiyaki met rijst	30110044	267,7	17,0	36,9	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7
	Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
15-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV				Mini croissant	30000005	108,8	2,5	13,8
	Ronde 2	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7					
	Ronde 3						Salade met geitenkaas en rode biet	39990043	144,5	4,4	5,2	Mini volkorenbroodje brie	30005021	209,2	9,3	12,3
	Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	Wrap met zalmalade	30040009	133,2	5,2	9,3					
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	30110023	263,3	20,3	25,3	Na- Groentelasagnette	30110015	376,4	19,3	27,2	mkommersalade met balsamicodress	39990004	82,1	0,3	2,7
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	39990021	257,0	2,9	17,1	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1					

WEEK 11

		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)						
WEEK 12	16-jun	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV				Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3						
		Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9	
		Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5						
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	30110085	216,3	18,6	16,5	Na- Viscurry met rijst	30110065	318,6	15,5	30,6	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7	
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Caramel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4						
	17-jun	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV					Gekookt ei	OV			
		Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9						
		Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3	
		Ronde 4	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0						
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Vegetarische kip met rijst en zoetzure saus	30110040	301,0	16,8	45,1	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0	
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1						
	18-jun	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV					Gekookt ei	OV			
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1						
		Ronde 3						Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2						
		Ronde 5	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	30110133	280,0	21,7	16,6	Na- Macaroni veg. bolognese	39990109	283,7	15,7	32,0	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1	
		Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9						
	19-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV					Gekookt ei	OV			
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7						
		Ronde 3						Na- Couscous salade met feta	39990025	180,9	5,1	16,2	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9	
		Ronde 4	Mini appeltaartje	30040205	185,6	2,7	30,3	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7						
		Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	39990119	285,9	17,7	36,3	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2	
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3						
20-jun	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV					Gekookt ei	OV				
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2							
	Ronde 3						Na- Kipsalade	30050027	108,6	9,5	6,8	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5		
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224,3	9,6	22,5	Wrap met hummus en komkommer	30040091	87,0	3,4	8,7							
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	30110007	290,6	20,5	20,3	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7		
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	39990107	61,6	8,5	6,5	Slagroomvla met rood fruit	39990013	150,5	6,4	18,6							
21-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV					Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3	
	Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2							
	Ronde 3						Mexicaanse salade	39990143	123,0	5,1	16,2	ni volkorenbroodje gebraden fricande	30005007	142,9	9,4	12,2		
	Ronde 4	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	Indiaas groentetaartje	30040270	129,5	5,0	11,5							
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	30110008	444,5	19,2	13,7	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	39990149	469,1	20,2	38,0	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1		
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	39990012	305,8	3,9	18,1	Karamel - hopjesvla	30060131	118,7	6,6	19,4							
22-jun	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV					Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7	
	Ronde 2	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9							
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8		
	Ronde 4	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	Wrap met zalmalade	30040009	133,2	5,2	9,3							
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	30110051	258,4	21,2	15,7	Na- Lasagnette bolognese	30110025	422,6	20,9	26,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7		
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	39990021	257,0	2,9	17,1	Vanille kwark met granola	39990105	160,8	6,3	15,2							

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)		Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)				
WEEK 13	23-jun	Ronde 1	Aardbeien kwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV		Gekookt ei	OV					
		Ronde 2	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3					
		Ronde 3						Na- Aziatische salade	39990104	123,3	4,9	12,9	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9
		Ronde 4	Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2	Poffertjes	30040063	111,6	3,1	20,5					
		Ronde 5	a- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte ka	39990147	304,4	22,3	17,3	Na- Nasi goreng met veg. kip	30110024	330,7	18,4	36,9	Rauwkost (bonte)	39990001	39,4	0,5	2,7
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1					
	24-jun	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7					
		Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini sandwich met tonijnsalade	39990008	70,3	5,3	9,3
		Ronde 4	Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	30110021	329,5	19,7	23,6	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	39990151	340,8	19,1	24,0	Komkommersalade	39990003	41,0	0,6	3,0
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	39990019	95,1	7,8	15,5	Chocoladevla	30060027	128,0	6,4	19,1					
	25-jun	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1					
		Ronde 3						Griekse salade met feta	39990116	210,8	6,3	14,5	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
		Ronde 4	Mini loempia's met saus	39990063	122,3	2,9	13,9	Worstenbroodje	30040184	107,6	9,0	6,2					
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	30110005	249,3	20,5	19,1	Na- Ravioli veg. bolognese	39990038	308,9	17,8	39,4	Fijne rauwkost	39990002	35,8	0,3	2,1
		Ronde 6	Witte chocolademousse	39990011	343,4	3,5	23,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9					
	26-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV				
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3					
		Ronde 3						Quinoasalade met pecannoten	39990055	145,8	3,5	14,5	Mini volkorenbroodje met grillworst	30005060	199,6	6,8	11,9
		Ronde 4	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	Elitehaver	30040045	147,0	2,7	13,8					
		Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	30110089	309,8	19,9	27,3	Na- Surinaamse roti	30110036	202,1	17,4	13,7	Rauwkost (waldorf)	39990115	44,6	0,6	4,2
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	39990125	92,4	6,4	12,4	Vlaflip	39990014	125,0	6,9	14,3					
27-jun	Ronde 1	Perzikenkwark	30000025	180,0	10,1	22,7	Brood ontbijt	OV			Gekookt ei	OV					
	Ronde 2	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2						
	Ronde 3						Na- Lizensalade	39990026	84,3	6,0	4,8	Mini meerganenbroodje met oude ka	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Ronde 4	Notenmix	30040029	234,1	5,7	11,7	Kipspiesje met satésaus	39990117	124,2	11,3	4,0						
	Ronde 5	Na- Gestoofd varkensvlees met puree en groenten	30110012	342,8	28,7	18,4	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	30110032	390,3	18,2	37,8	Paprikareepjes	30090007	15,6	0,6	2,7	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	39990106	67,4	8,5	8,0	Sinaasappelvla	30060162	103,4	6,8	15,1						
28-jun	Ronde 1	Vanille kwark	30000021	187,5	10,5	23,7	Brood ontbijt	OV			Suikerbrood	30000003	132,8	3,0	27,3		
	Ronde 2	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2						
	Ronde 3						Salade caprese	39990052	132,7	3,9	4,2	Mini meergranenbroodje kipfilet	30005009	147,8	8,3	13,9	
	Ronde 4	Bosbessenmuffin	30040266	236,0	10,1	20,8	Wrap met kipsalade	30040017	113,9	4,2	9,4						
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	30110066	316,7	20,6	24,3	Na- Spinazielasagnette met vis	30110033	401,4	20,4	26,1	Rauwkost (Atlantic)	39990171	33,3	0,7	3,1	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	39990016	187,2	3,0	18,6	Aardbeienvla	30060021	103,4	6,8	15,1						
29-jun	Ronde 1	Aardbeienkwark	30000019	183,0	9,8	24,2	Brood ontbijt	OV			Na- Omelet	30000101	106,2	8,6	1,7		
	Ronde 2	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1						
	Ronde 3						Salade met geitenkaas en peer	39990042	170,8	5,2	5,2	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en feta	30040284	119,5	5,1	10,2	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6						
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	30110079	274,5	21,1	25,9	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	39990142	315,7	17,5	33,3	Komkommersalade	39990004	82,1	0,3	2,7	
	Ronde 6	Chocolademousse	30060001	325,6	4,7	24,0	Magere kwark met fruit	39990015	61,2	8,6	5,9						