

WEEK 1	5-jan	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Aziatische salade	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 (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	6-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Caesarsalade met kip	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Krokante notenmelange	Kibbeling (vega) met saus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met walnoten	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	7-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 broodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocoladereep	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
		Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	8-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
		Ronde 3	Erwtensoepp met worst	Kipsalade	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Bitterballen	
		Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Roti met kerrie, ei en kousenband	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	9-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Goulashsoep met soepvlees	Tonijnsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Runderlap met spruitjesstamppot	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	10-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Paprikasoepp met kip	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Speculaas muffin	Kaas - worst bordje	
		Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stamppot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Perzikenkwark met granola	Aardbeienvla	
	11-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	12-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Couscous salade met feta	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Saucijzenbroodje met paddenstoel	Appel caketaartje	
		Ronde 5	Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas	Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	13-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Slaatje met rundvlees en ei	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Kaasbroodjes	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Runderlap met krieltjes en bonen	Orzo met tomaat-spinaziesaus	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	14-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Poké bowl salade met sesamdressing	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Nuggets	
		Ronde 5	Kippenragout met zilervliesrijst en doperwten	Quiche (hartige taart) met spinazie en kaas	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	15-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Mexicaanse salade	Panini met kip, pesto en mozzarella
		Ronde 4	Kaasblokjes	Kibbeling met remouladesaus	
		Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Surinaamse bami met tempeh en satesaus	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	16-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Pie met kaas en spinazie	
		Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Zoete aardappel masala met vis en rijst	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	17-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Salade met ei	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Hotdogbroodje	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
		Ronde 5	Broccolistamppot met vega balletjes	Surinaamse gestoofde kip met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	18-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3	Minestrone-soep met soepvlees	Salade met geitenkaas en peer	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Speculaas muffin	Kaasbroodjes	
		Ronde 5	Runderstoof met zuurkoolschotel	Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	

WEEK 3	19-jan	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Erwtensoep met worst	Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Viscurry met rijst en noten	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met cashewnoten en druiven	Caramel - hopjesvla	
	20-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Caesarsalade met kip	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladecake reep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Marokkaanse stoof met couscous en amandelschaafsel (vega)	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	21-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Minestrone-soep met soepvlees	Poké bowl salade met sesamdressing	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje	
		Ronde 5	Rendang (vegan) met sperziebonen, zilvertviesrijst en kokos	Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Bananenvla	Magere kwark met fruit	
	22-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Salade met ei	Panini met kip, pesto en mozzarella
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Bitterballen	
		Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Chili sin carne met zilvertviesrijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	23-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	Groente tandori met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	24-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	Hotdogbroodje
		Ronde 4	Chocolade muffin	Kaas - worst bordje	
		Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Karamel - hopjesvla	
	25-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Linzensalade	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Appel caketaartje	Saucijzenbroodje met paddenstoel	
		Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade
		Ronde 6	Tropicalmousse	Vanille kwark met granola	

WEEK 4	26-jan	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Aziatische salade	
		Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje	
		Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	27-jan	Ronde 1	Perzikenkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Caesarsalade met kip	
		Ronde 4	Krokante notenmelange	Kibbeling (vega) met saus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met walnoten	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkward met abrikoos	Chocoladevla	
	28-jan	Ronde 1	Aardbeienkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	Mini volkoren broodje met jonge kaas
		Ronde 3	Minestroneoep met soepvlees	Griekse salade met feta	
		Ronde 4	Chocoladereep	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
		Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	29-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 3	Erwtensoeep met worst	Kipsalade	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Bitterballen	
		Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Roti met kerrie, ei en kousenband	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	30-jan	Ronde 1	Perzikenkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 3	Goulashsoep met soepvlees	Tonijnsalade	
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Runderlap met spruitjesstampot	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	31-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Paprikasoeep met kip	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	
		Ronde 4	Speculaas muffin	Kaas - worst bordje	
		Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Perzikenkward met granola	Aardbeienvla	
	1-feb	Ronde 1	Aardbeienkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 3	Courgettesoeep met kip	Salade met geitenkaas en peer	
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	2-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Couscous salade met feta	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Saucijzenbroodje met paddenstoel	Appel caketaartje	
		Ronde 5	Veg. balletjes met stamppot rode bietjes en kaas	Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	3-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Slaatje met rundvlees en ei	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Kaasbroodjes	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Runderlap met krieltjes en bonen	Orzo met tomaat-spinaziesaus	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	4-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Poké bowl salade met sesamdressing	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Nuggets	
		Ronde 5	Kippenragout met zilervliesrijst en doperwten	Quiche (hartige taart) met spinazie en kaas	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	5-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Mexicaanse salade	Panini met kip, pesto en mozzarella
		Ronde 4	Kaasblokjes	Kibbeling met remouladesaus	
		Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Surinaamse bami met tempeh en satesaus	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwarck met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	6-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Pie met kaas en spinazie	
		Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Zoete aardappel masala met vis en rijst	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	7-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Salade met ei	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Hotdogbroodje	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
		Ronde 5	Broccolistamppot met vega balletjes	Surinaamse gestoofde kip met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	8-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3	Minestrone-soep met soepvlees	Salade met geitenkaas en peer	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Speculaas muffin	Kaasbroodjes	
		Ronde 5	Runderstoof met zuurkoolschotel	Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	

WEEK 6	9-feb	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Erwtensoep met worst	Aziatische salade	
		Ronde 4	Bananen cake	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Viscurry met rijst en noten	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met cashewnoten en druiven	Caramel - hopjesvla	
	10-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Caesarsalade met kip	
		Ronde 4	Chocoladecake reep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Marokkaanse stoof met couscous en amandelschaafsel (vega)	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	11-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 3	Minestrone-soep met soepvlees	Poké bowl salade met sesamdressing	
		Ronde 4	Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje	
		Ronde 5	Rendang (vegan) met sperziebonen, zilverslijst en kokos	Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Bananenvla	Magere kwark met fruit	
	12-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	Panini met kip, pesto en mozzarella
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Salade met ei	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Bitterballen	
		Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	Chili sin carne met zilverslijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	13-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Tonijnsalade	
		Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Quiche Lorraine	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met puree en rode biet	Groente tandori met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	14-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	Hotdogbroodje
		Ronde 3	Rode linzen soep	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	
		Ronde 4	Chocolade muffin	Kaas - worst bordje	
		Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Karamel - hopjesvla	
	15-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Linzensalade	
		Ronde 4	Appel caketaartje	Saucijzenbroodje met paddenstoel	
		Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade
		Ronde 6	Tropicalmousse	Vanille kwark met granola	

WEEK 7	16-feb	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Aziatische salade	
		Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje	
		Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	17-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Caesarsalade met kip	
		Ronde 4	Krokante notenmelange	Kibbeling (vega) met saus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met walnoten	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	18-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	Mini volkoren broodje met jonge kaas
		Ronde 3	Minestrone-soep met soepvlees	Griekse salade met feta	
		Ronde 4	Chocoladereep	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
		Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	19-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 3	Erwtensop met worst	Kipsalade	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Bitterballen	
		Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Roti met kerrie, ei en kousenband	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	20-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 3	Goulashsoep met soepvlees	Tonijnsalade	
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Runderlap met spruitjesstampot	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	21-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	
		Ronde 4	Speculaas muffin	Kaas - worst bordje	
		Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Perzikenkwark met granola	Aardbeienvla	
	22-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Salade met geitenkaas en peer	
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	23-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Couscous salade met feta	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Saucijzenbroodje met paddenstoel	Appel caketaartje	
		Ronde 5	Veg. balletjes met stamppot rode bietjes en kaas	Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	24-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Slaatje met rundvlees en ei	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Kaasbroodjes	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Runderlap met krieltjes en bonen	Orzo met tomaat-spinaziesaus	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	25-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Poké bowl salade met sesamdressing	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Nuggets	
		Ronde 5	Kippenragout met zilervliesrijst en doperwten	Quiche (hartige taart) met spinazie en kaas	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	26-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Mexicaanse salade	Panini met kip, pesto en mozzarella
		Ronde 4	Kaasblokjes	Kibbeling met remouladesaus	
		Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Surinaamse bami met tempeh en satesaus	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwarck met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	27-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Pie met kaas en spinazie	
		Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Zoete aardappel masala met vis en rijst	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	28-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Salade met ei	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Hotdogbroodje	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
		Ronde 5	Broccolistamppot met vega balletjes	Surinaamse gestoofde kip met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	1-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Salade met geitenkaas en peer	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Speculaas muffin	Kaasbroodjes	
		Ronde 5	Runderstoof met zuurkoolschotel	Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	

WEEK 9	2-mrt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Erwtensoep met worst	Aziatische salade	
		Ronde 4	Bananen cake	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Viscurry met rijst en noten	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met cashewnoten en druiven	Caramel - hopjesvla	
	3-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Caesarsalade met kip	
		Ronde 4	Chocoladecake reep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Marokkaanse stoof met couscous en amandelschaafsel (vega)	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	4-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 3	Minestrone-soep met soepvlees	Poké bowl salade met sesamdressing	
		Ronde 4	Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje	
		Ronde 5	Rendang (vegan) met sperziebonen, zilverslijst en kokos	Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Bananenvla	Magere kwark met fruit	
	5-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	Panini met kip, pesto en mozzarella
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Salade met ei	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Bitterballen	
		Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwtes en wortelen	Chili sin carne met zilverslijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	6-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Tonijnsalade	
		Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Quiche Lorraine	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met puree en rode biet	Groente tandori met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	7-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	Hotdogbroodje
		Ronde 3	Rode linzen soep	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	
		Ronde 4	Chocolade muffin	Kaas - worst bordje	
		Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Karamel - hopjesvla	
	8-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Linzensalade	
		Ronde 4	Appel caketaartje	Saucijzenbroodje met paddenstoel	
		Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade
		Ronde 6	Tropicalmousse	Vanille kwark met granola	

WEEK 10	9-mrt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Aziatische salade	
		Ronde 4	Bananen cake	Kippenragout met pasteitje	
		Ronde 5	Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	10-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Caesarsalade met kip	
		Ronde 4	Krokante notenmelange	Kibbeling (vega) met saus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met hutspot	Groenterisotto met walnoten	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	11-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	Mini volkoren broodje met jonge kaas
		Ronde 3	Minestrone-soep met soepvlees	Griekse salade met feta	
		Ronde 4	Chocoladereep	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
		Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	12-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 3	Erwtensop met worst	Kipsalade	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Bitterballen	
		Ronde 5	Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Roti met kerrie, ei en kousenband	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	13-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 3	Goulashsoep met soepvlees	Tonijnsalade	
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Runderlap met spruitjesstampot	Vegetarische balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	14-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	
		Ronde 4	Speculaas muffin	Kaas - worst bordje	
		Ronde 5	Veg. hachee met rode kool stampot	Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Perzikenkwark met granola	Aardbeienvla	
	15-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Salade met geitenkaas en peer	
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	16-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Couscous salade met feta	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Saucijzenbroodje met paddenstoel	Appel caketaartje	
		Ronde 5	Veg. balletjes met stamppot rode bietjes en kaas	Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	17-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Slaatje met rundvlees en ei	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Kaasbroodjes	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Runderlap met krieltjes en bonen	Orzo met tomaat-spinaziesaus	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	18-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Poké bowl salade met sesamdressing	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Nuggets	
		Ronde 5	Kippenragout met zilvervliesrijst en doperwten	Quiche (hartige taart) met spinazie en kaas	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	19-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Rode linzen soep	Mexicaanse salade	Panini met kip, pesto en mozzarella
		Ronde 4	Kaasblokjes	Kibbeling met remouladesaus	
		Ronde 5	Procureurrollade met boerenkool en jus	Surinaamse bami met tempeh en satesaus	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwarck met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	20-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Pie met kaas en spinazie	
		Ronde 5	Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Zoete aardappel masala met vis en rijst	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	21-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Salade met ei	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Hotdogbroodje	Veg. snackballetjes met kerriemayonaise	
		Ronde 5	Broccolistamppot met vega balletjes	Surinaamse gestoofde kip met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	22-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3	Minestrone soep met soepvlees	Salade met geitenkaas en peer	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Speculaas muffin	Kaasbroodjes	
		Ronde 5	Runderstoof met zuurkoolschotel	Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	

WEEK 12	23-mrt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3	Erwtensoep met worst	Aziatische salade	
		Ronde 4	Bananen cake	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Veg. goulash met bonenstampot	Viscurry met rijst en noten	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met cashewnoten en druiven	Caramel - hopjesvla	
	24-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 3	Indiase currysoep met kip	Caesarsalade met kip	
		Ronde 4	Chocoladecake reep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Marokkaanse stoof met couscous en amandelschaafsel (vega)	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	25-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 3	Minestrone-soep met soepvlees	Poké bowl salade met sesamdressing	
		Ronde 4	Kaasblokjes	Veg. worstenbroodje	
		Ronde 5	Rendang (vegan) met sperziebonen, zilverslijst en kokos	Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Bananenvla	Magere kwark met fruit	
	26-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	Panini met kip, pesto en mozzarella
		Ronde 3	Goulashsoep met vlees	Salade met ei	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Bitterballen	
		Ronde 5	Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	Chili sin carne met zilverslijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	27-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 3	Paprikasoep met kip	Tonijnsalade	
		Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Quiche Lorraine	
		Ronde 5	Gehaktballetjes met puree en rode biet	Groente tandori met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	28-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	Hotdogbroodje
		Ronde 3	Rode linzen soep	Pastasalade met kip en Parmezaanse kaas	
		Ronde 4	Chocolade muffin	Kaas - worst bordje	
		Ronde 5	Aardappelomelet	Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Karamel - hopjesvla	
	29-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 3	Courgettesoep met kip	Linzensalade	
		Ronde 4	Appel caketaartje	Saucijzenbroodje met paddenstoel	
		Ronde 5	Zalm met puree en groenten	Groentelasagnette	Komkommersalade
		Ronde 6	Tropicalmousse	Vanille kwark met granola	