

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 1	31-mrt	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	1-apr	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8
Handfruit						
2-apr	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1	
	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Boterkoek	30040059	261,7	2,5	31,5	
	Handfruit					
3-apr	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
4-apr	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
5-apr	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					
6-apr	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 2	7-apr	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0
		Handfruit				
	8-apr	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2
		Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4
		Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8
Handfruit						
9-apr	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5	
	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	
	Handfruit					
10-apr	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Worteltaartje	30040201	157,5	1,6	14,7	
	Handfruit					
11-apr	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7	
	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
12-apr	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2	
	Mini krentenbolletje jonge kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
13-apr	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	
	Mini volkorenbroodje brie	30005021	209,2	9,3	12,3	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 3	14-apr	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	15-apr	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6
Handfruit						
16-apr	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	
	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Koektrio	30040173	88,1	1,1	11,0	
	Handfruit					
17-apr	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Mini appeltaartje	30040205	185,6	2,7	30,3	
	Handfruit					
18-apr	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224,3	9,6	22,5	
	Handfruit					
19-apr	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	
	Handfruit					
20-apr	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 4	21-apr	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	22-apr	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8
Handfruit						
23-apr	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1	
	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Boterkoek	30040059	261,7	2,5	31,5	
	Handfruit					
24-apr	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
25-apr	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
26-apr	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					
27-apr	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 5	28-apr	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0
		Handfruit				
	29-apr	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2
		Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4
		Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8
Handfruit						
30-apr	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5	
	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	
	Handfruit					
1-mei	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Worteltaartje	30040201	157,5	1,6	14,7	
	Handfruit					
2-mei	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7	
	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
3-mei	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2	
	Mini krentenbolletje jonge kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
4-mei	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	
	Mini volkorenbroodje brie	30005021	209,2	9,3	12,3	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 6	5-me	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	6-me	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6
		Handfruit				
	7-me	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7
		Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
		Koektrio	30040173	88,1	1,1	11,0
Handfruit						
8-me	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Mini appeltaartje	30040205	185,6	2,7	30,3	
	Handfruit					
9-me	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224,3	9,6	22,5	
	Handfruit					
10-me	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	
	Handfruit					
11-me	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 7	12-mei	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	13-mei	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8
Handfruit						
14-mei	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1	
	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Boterkoek	30040059	261,7	2,5	31,5	
	Handfruit					
15-mei	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
16-mei	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
17-mei	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					
18-mei	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 8	19-mei	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9
		Mini meerganebroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0
		Handfruit				
	20-mei	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2
		Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4
		Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8
Handfruit						
21-mei	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5	
	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	
	Handfruit					
22-mei	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Worteltaartje	30040201	157,5	1,6	14,7	
	Handfruit					
23-mei	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7	
	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
24-mei	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2	
	Mini krentenbolletje jonge kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
25-mei	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	
	Mini volkorenbroodje brie	30005021	209,2	9,3	12,3	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 9	26-mei	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	27-mei	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6
Handfruit						
28-mei	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7	
	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Koektrio	30040173	88,1	1,1	11,0	
	Handfruit					
29-mei	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Mini appeltaartje	30040205	185,6	2,7	30,3	
	Handfruit					
30-mei	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224,3	9,6	22,5	
	Handfruit					
31-mei	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	
	Handfruit					
1-jun	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 10	2-jun	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	3-jun	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8
		Handfruit				
	4-jun	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1
		Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
Boterkoek		30040059	261,7	2,5	31,5	
Handfruit						
5-jun	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
6-jun	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
7-jun	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					
8-jun	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 11	9-jun	Bosbessen shake	30010004	203,7	5,8	12,9
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0
		Handfruit				
	10-jun	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2
		Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4
		Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8
Handfruit						
11-jun	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5	
	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	
	Handfruit					
12-jun	Abrikozen shake	30010018	200,2	6,9	11,3	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Worteltaartje	30040201	157,5	1,6	14,7	
	Handfruit					
13-jun	Ananas shake	30010016	192,9	7,1	13,7	
	Mini volkorenbroodje met oude kaas	30005023	205,6	12,3	12,4	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
14-jun	Frambozen shake	30010017	176,1	7,1	12,2	
	Mini krentenbolletje jonge kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
15-jun	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	
	Mini volkorenbroodje brie	30005021	209,2	9,3	12,3	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 12	16-jun	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	17-jun	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6
		Handfruit				
	18-jun	Aardbei-rabarber shake	30010009	184,6	6,3	11,7
		Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8
		Koektrio	30040173	88,1	1,1	11,0
		Handfruit				
19-jun	Zwarte bessen shake	30010006	212,0	6,2	11,7	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Mini appeltaartje	30040205	185,6	2,7	30,3	
	Handfruit					
20-jun	Mandarijnen shake	30010013	174,7	7,0	12,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Wortel-sinaasappelcake	30040275	224,3	9,6	22,5	
	Handfruit					
21-jun	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Chocolade muffin	30040243	237,9	9,8	20,7	
	Handfruit					
22-jun	Bananen shake	30010010	199,2	6,3	12,3	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Roomboter cake	30040155	221,1	3,4	27,8	
	Handfruit					

			Energie (kcal)	Eiwit (g)	KH (g)	
WEEK 13	23-jun	Aardbeien shake	30010005	173,1	5,8	12,9
		Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5
		Bananen cake	30040267	212,4	8,8	21,2
		Handfruit				
	24-jun	Kokos - mango shake	30010015	194,3	7,2	12,3
		Mini meergranenbroodje jonge kaas	30005019	215,6	10,5	13,5
		Cranberry muffin	30040263	213,9	9,6	21,8
Handfruit						
25-jun	Tropical shake	30010011	158,1	6,4	13,1	
	Mini volkoren met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Boterkoek	30040059	261,7	2,5	31,5	
	Handfruit					
26-jun	Peer - bosvruchten shake	30010008	175,4	6,4	12,9	
	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Appeltaart muffin	30040262	221,7	9,6	23,5	
	Handfruit					
27-jun	Rode vruchten shake	30010003	169,7	5,7	13,2	
	Mini meerganenbroodje met oude kaas	30005025	227,3	11,3	13,5	
	Spekkoek	30040149	230,0	3,6	15,0	
	Handfruit					
28-jun	Mango shake	30010012	170,4	6,4	14,5	
	Mini volkorenbroodje met jonge kaas	30005017	210,9	10,8	11,8	
	Bosbessenmuffin	30040251	213,2	9,7	21,2	
	Handfruit					
29-jun	Kersen shake	30010007	196,3	6,2	11,7	
	Mini krentenbolletje met kaas	30005015	218,3	9,3	19,8	
	Brownie	30040274	226,9	9,9	22,6	
	Handfruit					