

WEEK 1	23-sep	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	24-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
Ronde 5		Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade	
Ronde 6		Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla		
25-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas	
	Ronde 4	Mini loempia's met saus	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Rauwkost	
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
26-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake		
	Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Elitehaver		
	Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
27-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Aardappelsoepp met gehaktballetjes	Na- Linzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus		
	Ronde 5	Na- Procureurrolade met boerenkool en jus	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla		
28-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet	
	Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla		
29-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoepp	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade	
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit		

WEEK 2	30-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Aziatische salade	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caramel cake	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
	1-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Na- Indiaanse currysoep met kip	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Elitehaver	
Ronde 5		Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Spaghetti bolognese	Komkommersalade	
Ronde 6		Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
2-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Mini loempia's met saus		
	Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost	
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla		
3-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompensoep	Mexicaanse salade	Mini tarwe broodje met gebraden fricandeau	
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	Chocolade peer cake		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwten en worteltjes	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade	
	Ronde 6	Limoenkward met gedroogde vruchten	Vlaflip		
4-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes		
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla		
5-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol	
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Lizensalade	Mini volkorenbroodje met ham	
	Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaams gestoofde kip met rijst	Rauwkost	
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla		
6-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant	
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie	
	Ronde 4	Wrap met zalsalade	Speculaas muffin		
	Ronde 5	Na- Runderstoof met zuurkoolschotel	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote		

WEEK 3	7-okt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	8-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groente tandori met rijst	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	9-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
Ronde 2		Aardbei-rabarber shake	Tropical shake		
Ronde 3		Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas	
Ronde 4		Wrap met kipsalade	Worstenbroodje		
Ronde 5		Na- Veg. hachee met rode kool stampot	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost	
Ronde 6		Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
10-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst	
	Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix		
	Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
11-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Na- Kipsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Wrap met hummus en komkommer		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	Na- Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
12-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie		
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla		
13-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoepp	Na- Lizensalade	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Wrap met zalsalade	Roomboter cake		
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola		

WEEK 4	14-okt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	15-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	16-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Mini loempia's met saus	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	17-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
Ronde 3		Na- Erwtensoepp met worst	Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst	
Ronde 4		Appeltaart muffin	Elitehaver		
Ronde 5		Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost	
Ronde 6		Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
18-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Aardappelsoep met gehaktballetjes	Na- Lenzasalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus		
	Ronde 5	Na- Procureurrolade met boerenkool en jus	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla		
19-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet	
	Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla		
20-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade	
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit		

WEEK 5	21-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Aziatische salade	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caramel cake	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
	22-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
Ronde 3		Na- Indiaanse currysoep met kip	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham	
Ronde 4		Roomboter cake	Elitehaver		
Ronde 5		Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Spaghetti bolognese	Komkommersalade	
Ronde 6		Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
23-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Mini loempia's met saus		
	Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost	
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla		
24-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompensoep	Mexicaanse salade	Mini tarwe broodje met gebraden fricandean	
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	Chocolade peer cake		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtenworteltjes	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade	
	Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip		
25-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes		
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla		
26-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol	
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Lizensalade	Mini volkorenbroodje met ham	
	Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaams gestoofde kip met rijst	Rauwkost	
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla		
27-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant	
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie	
	Ronde 4	Wrap met zalsalade	Speculaas muffin		
	Ronde 5	Na- Runderstoof met zuurkoolschotel	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote		

WEEK 6	28-okt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	29-okt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groente tandori met rijst	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	30-okt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Veg. hachee met rode kool stampot	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	31-okt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix	
		Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
1-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Na- Kipsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Wrap met hummus en komkommer		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	Na- Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
2-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie		
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla		
3-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Lizensalade	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Wrap met zalmalade	Roomboter cake		
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola		

WEEK 7	4-nov	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet	
	Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes		
	Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla		
	5-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
	Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake		
	Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade	
	Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver		
Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade		
Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla			
6-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake			
Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas		
Ronde 4	Mini loempia's met saus	Worstenbroodje			
Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Rauwkost		
Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit			
7-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake			
Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst		
Ronde 4	Appeltaart muffin	Elitehaver			
Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost		
Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip			
8-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake			
Ronde 3	Na- Aardappelsoep met gehaktballetjes	Na- Lenzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas		
Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus			
Ronde 5	Na- Procureurrolade met boerenkool en jus	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade		
Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla			
9-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake			
Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet		
Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade			
Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost		
Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla			
10-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake			
Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas		
Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie			
Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade		
Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit			

WEEK 8	11-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Aziatische salade	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caramel cake	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
	12-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
Ronde 3		Na- Indiaanse currysoep met kip	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham	
Ronde 4		Roomboter cake	Elitehaver		
Ronde 5		Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Spaghetti bolognese	Komkommersalade	
Ronde 6		Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
13-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Mini loempia's met saus		
	Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost	
	Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla		
14-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompensoep	Mexicaanse salade	Mini tarwe broodje met gebraden fricandea	
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	Chocolade peer cake		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtenworteltjes	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade	
	Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip		
15-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes		
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla		
16-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol	
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Lizensalade	Mini volkorenbroodje met ham	
	Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaams gestoofde kip met rijst	Rauwkost	
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla		
17-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant	
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie	
	Ronde 4	Wrap met zalsalade	Speculaas muffin		
	Ronde 5	Na- Runderstoof met zuurkoolschotel	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote		

WEEK 9	18-nov	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	19-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groente tandori met rijst	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	20-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Veg. hachee met rode kool stampot	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	21-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix	
		Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
22-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Na- Kipsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Wrap met hummus en komkommer		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	Na- Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
23-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie		
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla		
24-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Linzensalade	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Wrap met zalmalade	Roomboter cake		
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola		

WEEK 10	25-nov	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	26-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
Ronde 5		Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade	
Ronde 6		Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla		
27-nov	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas	
	Ronde 4	Mini loempia's met saus	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Rauwkost	
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
28-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake		
	Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Elitehaver		
	Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
29-nov	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Aardappelsoepp met gehaktballetjes	Na- Lenzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus		
	Ronde 5	Na- Procureurrolade met boerenkool en jus	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla		
30-nov	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet	
	Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla		
1-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoepp	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade	
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit		

WEEK 11	2-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Aziatische salade	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caramel cake	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
	3-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Na- Indiaanse currysoep met kip	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Spaghetti bolognese	Komkommersalade
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	4-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Mini loempia's met saus	
		Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	5-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Pompensoep	Mexicaanse salade	Mini tarwe broodje met gebraden fricandeau
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Chocolade peer cake	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en worteltjes	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkward met gedroogde vruchten	Vlaflip	
6-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes		
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla		
7-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol	
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Lizensalade	Mini volkorenbroodje met ham	
	Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaams gestoofde kip met rijst	Rauwkost	
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla		
8-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant	
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie	
	Ronde 4	Wrap met zalsalade	Speculaas muffin		
	Ronde 5	Na- Runderstoof met zuurkoolschotel	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote		

WEEK 12	9-dec	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	10-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groente tandori met rijst	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
11-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas	
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Veg. hachee met rode kool stampot	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost	
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
12-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst	
	Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix		
	Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
13-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Na- Kipsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Wrap met hummus en komkommer		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	Na- Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
14-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie		
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla		
15-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoepp	Na- Linzensalade	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Wrap met zalmalade	Roomboter cake		
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola		

WEEK 13	16-dec	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	17-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
18-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas	
	Ronde 4	Mini loempia's met saus	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Rauwkost	
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
19-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake		
	Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Elitehaver		
	Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
20-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Aardappelsoep met gehaktballetjes	Na- Lenzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus		
	Ronde 5	Na- Procureurrolade met boerenkool en jus	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla		
21-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet	
	Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla		
22-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade	
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit		

WEEK 14	23-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Aziatische salade	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caramel cake	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Hopjesvla	
	24-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Na- Indiaanse currysoep met kip	Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Spaghetti bolognese	Komkommersalade
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	25-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
Ronde 3		Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini meergranenbroodje met jonge kaas	
Ronde 4		Chocolade muffin	Mini loempia's met saus		
Ronde 5		Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost	
Ronde 6		Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla		
26-dec	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompensoep	Mexicaanse salade	Mini tarwe broodje met gebraden fricandea	
	Ronde 4	Wrap met kipsalade	Chocolade peer cake		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtenworteltjes	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade	
	Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip		
27-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes		
	Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Slagroomvla		
28-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol	
	Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Lizensalade	Mini volkorenbroodje met ham	
	Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaams gestoofde kip met rijst	Rauwkost	
	Ronde 6	Chocolademousse	Rode vruchten vla		
29-dec	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant	
	Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie	
	Ronde 4	Wrap met zalsalade	Speculaas muffin		
	Ronde 5	Na- Runderstoof met zuurkoolschotel	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Kwark met appel en perencompote		

WEEK 15	30-dec	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	31-dec	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Brownie	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groente tandori met rijst	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	1-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
Ronde 4		Wrap met kipsalade	Worstenbroodje		
Ronde 5		Na- Veg. hachee met rode kool stampot	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost	
Ronde 6		Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
2-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake		
	Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst	
	Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix		
	Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
3-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Na- Kipsalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Wortel-sinaasappelcake	Wrap met hummus en komkommer		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode biet	Na- Macaroni veg. bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes		
4-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau	
	Ronde 4	Chocolade muffin	Linzen pie		
	Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost	
	Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Hopjesvla		
5-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Bananen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Linzensalade	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Wrap met zalmalade	Roomboter cake		
	Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade	
	Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola		

WEEK 16	6-jan	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramelvla	
	7-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
8-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Minestrone soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas	
	Ronde 4	Mini loempia's met saus	Worstenbroodje		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Rauwkost	
	Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit		
9-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake		
	Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst	
	Ronde 4	Appeltaart muffin	Elitehaver		
	Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost	
	Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip		
10-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei	
	Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake		
	Ronde 3	Na- Aardappelsoepp met gehaktballetjes	Na- Lenzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas	
	Ronde 4	Sandwich eiersalade	Kipspiesje met satésaus		
	Ronde 5	Na- Procureurrolade met boerenkool en jus	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Komkommersalade	
	Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Slagroomvla		
11-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood	
	Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake		
	Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet	
	Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade		
	Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost	
	Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Rode vruchten vla		
12-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet	
	Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake		
	Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoepp	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas	
	Ronde 4	Hartig taartje met feta	Brownie		
	Ronde 5	Na- Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Komkommersalade	
	Ronde 6	Chocolademousse	Magere kwark met fruit		