

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | | |
|---------------|---------|---|---|-----------|--------|------|---|--|----------|-------|----------------|-----------------|-----------------|----------|------|-----|-----|
| WEEK 1 | 30-mrt | Ronde 1 | Aardbeien kwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Bananen cake | 30040267 | 212,4 | 8,8 | 21,2 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | | | | | |
| | | Ronde 5 | nde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte k | 39990148 | 321,1 | 19,6 | 19,5 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990016 | 187,2 | 3,0 | 18,6 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| | 31-mrt | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Kibbeling (vega) met saus | 39990113 | 164,5 | 5,3 | 19,3 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Gehaktballetjes met krieltjes, erwten en worteltjes | 30100053 | 315,9 | 21,1 | 23,9 | Groenterisotto | 30100106 | 287,8 | 14,7 | 23,9 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Aardbeienvla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| | 1-apr | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Italiaanse groentesoep | 30030026 | 61,9 | 1,9 | 11,5 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Chocoladereep | 30040292 | 323,1 | 6,1 | 29,2 | Veg. snackballetjes met kerriemayonaise | 39990057 | 196,4 | 7,8 | 6,2 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Kipfilet met aardappel en groenten | 30100020 | 226,4 | 26,5 | 23,4 | Orzo met tomaat-spinaziesaus | 39990177 | 277,3 | 21,1 | 33,4 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Witte chocolademousse | 39990011 | 343,4 | 3,5 | 23,0 | Magere kwark met fruit | 39990015 | 61,2 | 8,6 | 5,9 | | | | | |
| | 2-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Kersen smoothie | 30020010 | 94,4 | 3,0 | 18,1 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Mini appeltaartje | 30040205 | 185,6 | 2,7 | 30,3 | Kipspiesje met satésaus | 39990117 | 124,2 | 11,3 | 4,0 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Fusilli met kip en pesto | 30100088 | 415,2 | 16,1 | 37,8 | Gehaktballetjes met krieltjes, erwten en worteltje | 30100053 | 315,9 | 21,1 | 23,9 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Griekse yoghurt met speculooscrumble | 39990125 | 92,4 | 6,4 | 12,4 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 3-apr | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Broodje eiersalade | 39990070 | 100,6 | 3,3 | 9,0 | Bitterballen | 30040005 | 177,8 | 6,0 | 12,6 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktschotel met spitskool | 30100004 | 280,7 | 20,3 | 15,5 | Vegetarische balletjes met bami en satésaus | 30100021 | 398,7 | 21,0 | 37,9 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Kwark met aardbeiencompote | 39990106 | 67,4 | 8,5 | 8,0 | Sinaasappelvla | 30060162 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | | |
| 4-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Suikerbrood | 30000003 | 132,8 | 3,0 | 27,3 | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaas - worst bordje (zonder ui) | 39990127 | 133,2 | 8,0 | 0,5 | Roomboter cake | 30040155 | 221,1 | 3,4 | 27,8 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Veg. hachee met rode kool stampot | 30100120 | 235,2 | 20,0 | 20,0 | Spinazielasagnette met vis | 30100032 | 400,8 | 20,4 | 26,1 | | | | | | |
| | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990017 | 132,0 | 6,5 | 14,0 | Aardbeienvla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | | |
| 5-apr | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | Ronde 2 | Mango smoothie | 30020003 | 103,7 | 3,0 | 20,5 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaasbroodjes | 30040037 | 161,5 | 5,0 | 10,0 | Worteltaartje | 30040201 | 157,5 | 1,6 | 14,7 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente | 30100191 | 258,9 | 20,3 | 22,1 | Italiaanse macaronischotel met kaas | 39990141 | 312,7 | 19,3 | 32,7 | Komkommersalade | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Chocolademousse met crispparels | 39990198 | 296,0 | 4,9 | 19,9 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | | |

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | | |
|---------------|---------|---|---|-----------|--------|------|---|--|----------|-------|------------------|---------------------------------------|-----------------|----------|------|-----|-----|
| WEEK 2 | 6-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | | Ronde 2 | Frambozen smoothie | 30020001 | 96,6 | 3,0 | 17,6 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Kippenragout met zilvervliesrijst en doperwten | 30100204 | 305,8 | 20,2 | 33,7 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Vanille kwark | 30060152 | 109,6 | 4,5 | 11,8 | Karamel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| | 7-apr | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Mandarijnen smoothie | 30020002 | 90,5 | 3,4 | 16,2 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Roomboter cake | 30040155 | 221,1 | 3,4 | 27,8 | Nuggets | 30040298 | 141,7 | 8,5 | 7,8 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Runderlap met krieltjes en bonen | 30100066 | 251,8 | 20,2 | 20,1 | Ravioli veg. bolognese | 39990092 | 316,7 | 17,8 | 41,3 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Kwark met appel en perencompote | 39990107 | 61,6 | 8,5 | 6,5 | Slagroomvla | 30060019 | 139,1 | 6,4 | 16,1 | | | | | |
| | 8-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Mini loempia's met saus | 39990063 | 122,3 | 2,9 | 13,9 | Mini appelflap | 30040178 | 141,6 | 1,7 | 12,8 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas | 39990190 | 328,6 | 17,6 | 28,6 | Kippendij met krieltjes, spekjes en groenten | 30100023 | 209,8 | 19,7 | 11,0 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Aardbeienmousse met rood fruit | 39990121 | 219,5 | 2,6 | 11,2 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| | 9-apr | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Kaasblokjes | 30040003 | 193,5 | 12,3 | 0,0 | Kibbeling met remouladesaus | 39990066 | 128,6 | 8,1 | 7,6 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Gestoofd varkensvlees met puree en groenten | 30100025 | 329,6 | 28,3 | 17,8 | Surinaamse bami met temphe en satesaus | 30100083 | 538,4 | 23,5 | 38,3 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Aardbeievla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 10-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | Ronde 2 | Abrikozen smoothie | 30020008 | 102,7 | 4,4 | 18,3 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | Luikse wafel met appelcompote | 39990073 | 218,5 | 2,6 | 28,2 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met aardappel en groenten | 30100020 | 226,4 | 26,5 | 23,4 | Pasta carbonara | 30100173 | 287,1 | 11,8 | 30,0 | | | | | | |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Griekse yoghurt met rood fruit | 39990120 | 54,5 | 6,3 | 7,2 | | | | | | |
| 11-apr | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Mini rozijnenbol | 30000007 | 96,6 | 3,5 | 19,7 | | |
| | Ronde 2 | Frambozen smoothie | 30020001 | 96,6 | 3,0 | 17,6 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | Veg. snackballetjes met kerriemayonaise | 39990057 | 196,4 | 7,8 | 6,2 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Broccolistamppot met vega balletjes | 30100203 | 234,5 | 21,3 | 16,9 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Chocolademousse met crispparels | 39990198 | 296,0 | 4,9 | 19,9 | Aardbeievla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | | |
| 12-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Mini croissant | 30000005 | 108,8 | 2,5 | 13,8 | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Wrap met zalsalade | 30040009 | 133,2 | 5,2 | 9,3 | Kaasbroodjes | 30040037 | 161,5 | 5,0 | 10,0 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Runderstoof met aardappelpuree en bonen | 30100024 | 220,1 | 18,7 | 16,6 | Groentelasagnette | 30100038 | 383,0 | 19,6 | 27,7 | Komkommersalade met balsamicodressing | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Tropicalmousse met ananas | 39990199 | 296,1 | 3,1 | 22,8 | Sinaasappelvla | 30060162 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | | |

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | | |
|---------------|---------|--|---|-----------|--------|------|--|--|----------|-------|----------------|-----------------|-----------------|----------|------|-----|-----|
| WEEK 3 | 13-apr | Ronde 1 | Aardbeien kwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 2 | Kersen smoothie | 30020010 | 94,4 | 3,0 | 18,1 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 5 | Kalkoenstooflapje met stampot zoete aardappel paprika | 30100202 | 254,7 | 24,9 | 20,5 | vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspi | 39990148 | 321,1 | 19,6 | 19,5 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990016 | 187,2 | 3,0 | 18,6 | Caramel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| | 14-apr | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Chocoladecake reep | 30040292 | 323,1 | 6,1 | 29,2 | Kipspiesje met satésaus | 39990117 | 124,2 | 11,3 | 4,0 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli | 30100190 | 332,1 | 21,3 | 21,9 | Macaroni met tomatensaus, veg. kip en kaas | 39990141 | 312,7 | 19,3 | 32,7 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Aardbeienmousse met rood fruit | 39990121 | 219,5 | 2,6 | 11,2 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| | 15-apr | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Italiaanse groentesoep | 30030026 | 61,9 | 1,9 | 11,5 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Kaasblokjes | 30040003 | 193,5 | 12,3 | 0,0 | Luikse wafel met appelcompote | 39990073 | 218,5 | 2,6 | 28,2 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Runderstoof met aardappelpuree en bonen | 30100024 | 220,1 | 18,7 | 16,6 | Spaghetti bolognese | 39990090 | 338,8 | 20,2 | 29,7 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Bananenvla | 30060023 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | Magere kwark met fruit | 39990015 | 61,2 | 8,6 | 5,9 | | | | | |
| | 16-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | | | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Mini appeltaartje | 30040205 | 185,6 | 2,7 | 30,3 | Bitterballen | 30040005 | 177,8 | 6,0 | 12,6 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Kippendij met krieltjes, spekjes en groenten | 30100023 | 209,8 | 19,7 | 11,0 | Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas | 39990118 | 270,6 | 15,1 | 32,1 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Griekse yoghurt met speculooscrumble | 39990125 | 92,4 | 6,4 | 12,4 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 17-apr | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 2 | Mandarijnen smoothie | 30020002 | 90,5 | 3,4 | 16,2 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Worteltaartje | 30040201 | 157,5 | 1,6 | 14,7 | Wrap met hummus en komkommer | 30040091 | 87,0 | 3,4 | 8,7 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met puree en rode biet | 30100028 | 295,1 | 20,1 | 23,0 | Butter chicken (vegan) met broccoli en rijst | 30110158 | 273,4 | 15,5 | 30,1 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Kwark met appel en perencompote | 39990107 | 61,6 | 8,5 | 6,5 | Slagroomvla met rood fruit | 39990013 | 150,5 | 6,4 | 18,6 | | | | | | |
| 18-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 2 | Mango smoothie | 30020003 | 103,7 | 3,0 | 20,5 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaas-worst bordje (zonder ui) | 39990127 | 133,2 | 8,0 | 0,5 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Aardappelomelet | 30100010 | 478,4 | 21,8 | 12,8 | Fusilli met kip en pesto | 30100088 | 415,2 | 16,1 | 37,8 | | | | | | |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Karamel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | | |
| 19-apr | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | | | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Saucijzenbroodje met paddenstoel | 30040290 | 230,0 | 5,8 | 18,4 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Zalm met puree en groenten | 30100090 | 291,2 | 21,3 | 18,3 | Groentelasagnette | 30100038 | 383,0 | 19,6 | 27,7 | Komkommersalade | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Tropicalmousse met ananas | 39990199 | 296,1 | 3,1 | 22,8 | Vanille kwark | 30060152 | 109,6 | 4,5 | 11,8 | | | | | | |

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | |
|--------|---------|---|----------------|-----------|--------|------|--|-----------|--------|------|----------------|-----------------|----------|------|------|-----|
| 20-apr | Ronde 1 | Aardbeien kwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Bananen cake | 30040267 | 212,4 | 8,8 | 21,2 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | | | | | |
| | Ronde 5 | nde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte k | 39990148 | 321,1 | 19,6 | 19,5 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | | | | | |
| | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990016 | 187,2 | 3,0 | 18,6 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| 21-apr | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Kibbeling (vega) met saus | 39990113 | 164,5 | 5,3 | 19,3 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met krieltjes, erwttjes en worteltjes | 30100053 | 315,9 | 21,1 | 23,9 | Groenterisotto | 30100106 | 287,8 | 14,7 | 23,9 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Aardbeienvla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| 22-apr | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Italiaanse groentesoep | 30030026 | 61,9 | 1,9 | 11,5 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Chocoladereep | 30040292 | 323,1 | 6,1 | 29,2 | Veg. snackballetjes met kerriemayonaise | 39990057 | 196,4 | 7,8 | 6,2 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met aardappel en groenten | 30100020 | 226,4 | 26,5 | 23,4 | Orzo met tomaat-spinaziesaus | 39990177 | 277,3 | 21,1 | 33,4 | | | | | |
| | Ronde 6 | Witte chocolademousse | 39990011 | 343,4 | 3,5 | 23,0 | Magere kwark met fruit | 39990015 | 61,2 | 8,6 | 5,9 | | | | | |
| 23-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Kersen smoothie | 30020010 | 94,4 | 3,0 | 18,1 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Mini appeltaartje | 30040205 | 185,6 | 2,7 | 30,3 | Kipspiesje met satésaus | 39990117 | 124,2 | 11,3 | 4,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Fusilli met kip en pesto | 30100088 | 415,2 | 16,1 | 37,8 | Gehaktballetjes met krieltjes, erwttjes en worteltje | 30100053 | 315,9 | 21,1 | 23,9 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Griekse yoghurt met speculooscrumble | 39990125 | 92,4 | 6,4 | 12,4 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 24-apr | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Broodje eiersalade | 39990070 | 100,6 | 3,3 | 9,0 | Bitterballen | 30040005 | 177,8 | 6,0 | 12,6 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktschotel met spitskool | 30100004 | 280,7 | 20,3 | 15,5 | Vegetarische balletjes met bami en satésaus | 30100021 | 398,7 | 21,0 | 37,9 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Kwark met aardbeiencompote | 39990106 | 67,4 | 8,5 | 8,0 | Sinaasappelvla | 30060162 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| 25-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | | | Suikerbrood | 30000003 | 132,8 | 3,0 | 27,3 | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaas - worst bordje (zonder ui) | 39990127 | 133,2 | 8,0 | 0,5 | Roomboter cake | 30040155 | 221,1 | 3,4 | 27,8 | | | | | |
| | Ronde 5 | Veg. hachee met rode kool stampot | 30100120 | 235,2 | 20,0 | 20,0 | Spinazielasagnette met vis | 30100032 | 400,8 | 20,4 | 26,1 | | | | | |
| | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990017 | 132,0 | 6,5 | 14,0 | Aardbeienvla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| 26-apr | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Mango smoothie | 30020003 | 103,7 | 3,0 | 20,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaasbroodjes | 30040037 | 161,5 | 5,0 | 10,0 | Worteltaartje | 30040201 | 157,5 | 1,6 | 14,7 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente | 30100191 | 258,9 | 20,3 | 22,1 | Italiaanse macaronischotel met kaas | 39990141 | 312,7 | 19,3 | 32,7 | Komkommersalade | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Chocolademousse met crispparels | 39990198 | 296,0 | 4,9 | 19,9 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |

WEEK 4

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | | |
|---------------|---------|---|---|-----------|--------|------|---|--|----------|-------|------------------|---------------------------------------|-----------------|----------|------|-----|-----|
| WEEK 5 | 27-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | | Ronde 2 | Frambozen smoothie | 30020001 | 96,6 | 3,0 | 17,6 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Kippenragout met zilvervliesrijst en doperwten | 30100204 | 305,8 | 20,2 | 33,7 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Vanille kwark | 30060152 | 109,6 | 4,5 | 11,8 | Karamel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| | 28-apr | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Mandarijnen smoothie | 30020002 | 90,5 | 3,4 | 16,2 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Roomboter cake | 30040155 | 221,1 | 3,4 | 27,8 | Nuggets | 30040298 | 141,7 | 8,5 | 7,8 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Runderlap met krieltjes en bonen | 30100066 | 251,8 | 20,2 | 20,1 | Ravioli veg. bolognese | 39990092 | 316,7 | 17,8 | 41,3 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Kwark met appel en perencompote | 39990107 | 61,6 | 8,5 | 6,5 | Slagroomvla | 30060019 | 139,1 | 6,4 | 16,1 | | | | | |
| | 29-apr | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Mini loempia's met saus | 39990063 | 122,3 | 2,9 | 13,9 | Mini appelflap | 30040178 | 141,6 | 1,7 | 12,8 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas | 39990190 | 328,6 | 17,6 | 28,6 | Kippendij met krieltjes, spekjes en groenten | 30100023 | 209,8 | 19,7 | 11,0 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Aardbeienmousse met rood fruit | 39990121 | 219,5 | 2,6 | 11,2 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| | 30-apr | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Kaasblokjes | 30040003 | 193,5 | 12,3 | 0,0 | Kibbeling met remouladesaus | 39990066 | 128,6 | 8,1 | 7,6 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Gestoofd varkensvlees met puree en groenten | 30100025 | 329,6 | 28,3 | 17,8 | Surinaamse bami met tempeh en satesaus | 30100083 | 538,4 | 23,5 | 38,3 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Aardbeievla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 1-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | Ronde 2 | Abrikozen smoothie | 30020008 | 102,7 | 4,4 | 18,3 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | Luikse wafel met appelcompote | 39990073 | 218,5 | 2,6 | 28,2 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met aardappel en groenten | 30100020 | 226,4 | 26,5 | 23,4 | Pasta carbonara | 30100173 | 287,1 | 11,8 | 30,0 | | | | | | |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Griekse yoghurt met rood fruit | 39990120 | 54,5 | 6,3 | 7,2 | | | | | | |
| 2-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Mini rozijnenbol | 30000007 | 96,6 | 3,5 | 19,7 | | |
| | Ronde 2 | Frambozen smoothie | 30020001 | 96,6 | 3,0 | 17,6 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | Veg. snackballetjes met kerriemayonaise | 39990057 | 196,4 | 7,8 | 6,2 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Broccolistamppot met vega balletjes | 30100203 | 234,5 | 21,3 | 16,9 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Chocolademousse met crispparels | 39990198 | 296,0 | 4,9 | 19,9 | Aardbeievla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | | |
| 3-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Mini croissant | 30000005 | 108,8 | 2,5 | 13,8 | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Wrap met zalsalade | 30040009 | 133,2 | 5,2 | 9,3 | Kaasbroodjes | 30040037 | 161,5 | 5,0 | 10,0 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Runderstoof met aardappelpuree en bonen | 30100024 | 220,1 | 18,7 | 16,6 | Groentelasagnette | 30100038 | 383,0 | 19,6 | 27,7 | Komkommersalade met balsamicodressing | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Tropicalmousse met ananas | 39990199 | 296,1 | 3,1 | 22,8 | Sinaasappelvla | 30060162 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | | |

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | |
|--------|---------|---|----------------|-----------|--------|------|--|-----------|--------|------|----------------|-----------------|----------|------|------|-----|
| 4-mei | Ronde 1 | Aardbeien kwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Kersen smoothie | 30020010 | 94,4 | 3,0 | 18,1 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | Hotdogbroodje | 39990005 | 160,8 | 9,4 | 14,7 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kalkoenstooflapje met stampot zoete aardappel paprika | 30100202 | 254,7 | 24,9 | 20,5 | vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspi | 39990148 | 321,1 | 19,6 | 19,5 | | | | | |
| | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990016 | 187,2 | 3,0 | 18,6 | Caramel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| 5-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Chocoladecake reep | 30040292 | 323,1 | 6,1 | 29,2 | Kipspiesje met satésaus | 39990117 | 124,2 | 11,3 | 4,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli | 30100190 | 332,1 | 21,3 | 21,9 | Macaroni met tomatensaus, veg. kip en kaas | 39990141 | 312,7 | 19,3 | 32,7 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Aardbeienmousse met rood fruit | 39990121 | 219,5 | 2,6 | 11,2 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| 6-mei | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Italiaanse groentesoep | 30030026 | 61,9 | 1,9 | 11,5 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaasblokjes | 30040003 | 193,5 | 12,3 | 0,0 | Luikse wafel met appelcompote | 39990073 | 218,5 | 2,6 | 28,2 | | | | | |
| | Ronde 5 | Runderstooft met aardappelpuree en bonen | 30100024 | 220,1 | 18,7 | 16,6 | Spaghetti bolognese | 39990090 | 338,8 | 20,2 | 29,7 | | | | | |
| | Ronde 6 | Bananenvla | 30060023 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | Magere kwark met fruit | 39990015 | 61,2 | 8,6 | 5,9 | | | | | |
| 7-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Mini appeltaartje | 30040205 | 185,6 | 2,7 | 30,3 | Bitterballen | 30040005 | 177,8 | 6,0 | 12,6 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kippendij met krieltjes, spekjes en groenten | 30100023 | 209,8 | 19,7 | 11,0 | Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas | 39990118 | 270,6 | 15,1 | 32,1 | | | | | |
| | Ronde 6 | Griekse yoghurt met speculooscrumble | 39990125 | 92,4 | 6,4 | 12,4 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 8-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Mandarijnen smoothie | 30020002 | 90,5 | 3,4 | 16,2 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencremesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Worteltaartje | 30040201 | 157,5 | 1,6 | 14,7 | Wrap met hummus en komkommer | 30040091 | 87,0 | 3,4 | 8,7 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met puree en rode biet | 30100028 | 295,1 | 20,1 | 23,0 | Butter chicken (vegan) met broccoli en rijst | 30110158 | 273,4 | 15,5 | 30,1 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Kwark met appel en perencompote | 39990107 | 61,6 | 8,5 | 6,5 | Slagroomvla met rood fruit | 39990013 | 150,5 | 6,4 | 18,6 | | | | | |
| 9-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | OV | | Suikerbrood | 30000003 | 132,8 | 3,0 | 27,3 | |
| | Ronde 2 | Mango smoothie | 30020003 | 103,7 | 3,0 | 20,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaas-worst bordje (zonder ui) | 39990127 | 133,2 | 8,0 | 0,5 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Aardappelomelet | 30100010 | 478,4 | 21,8 | 12,8 | Fusilli met kip en pesto | 30100088 | 415,2 | 16,1 | 37,8 | | | | | |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Karamel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| 10-mei | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Saucijzenbroodje met paddenstoel | 30040290 | 230,0 | 5,8 | 18,4 | | | | | |
| | Ronde 5 | Zalm met puree en groenten | 30100090 | 291,2 | 21,3 | 18,3 | Groentelasagnette | 30100038 | 383,0 | 19,6 | 27,7 | Komkommersalade | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Tropicalmousse met ananas | 39990199 | 296,1 | 3,1 | 22,8 | Vanille kwark | 30060152 | 109,6 | 4,5 | 11,8 | | | | | |

WEEK 6

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | |
|--------|---------|---|----------------|-----------|--------|------|--|-----------|--------|------|----------------|-----------------|----------|------|------|-----|
| 11-mei | Ronde 1 | Aardbeien kwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Bananen cake | 30040267 | 212,4 | 8,8 | 21,2 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | | | | | |
| | Ronde 5 | nde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte k | 39990148 | 321,1 | 19,6 | 19,5 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | | | | | |
| | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990016 | 187,2 | 3,0 | 18,6 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| 12-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Kibbeling (vega) met saus | 39990113 | 164,5 | 5,3 | 19,3 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met krieltjes, erwttjes en worteltjes | 30100053 | 315,9 | 21,1 | 23,9 | Groenterisotto | 30100106 | 287,8 | 14,7 | 23,9 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Aardbeienvla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| 13-mei | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Italiaanse groentesoep | 30030026 | 61,9 | 1,9 | 11,5 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Chocoladereep | 30040292 | 323,1 | 6,1 | 29,2 | Veg. snackballetjes met kerriemayonaise | 39990057 | 196,4 | 7,8 | 6,2 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met aardappel en groenten | 30100020 | 226,4 | 26,5 | 23,4 | Orzo met tomaat-spinaziesaus | 39990177 | 277,3 | 21,1 | 33,4 | | | | | |
| | Ronde 6 | Witte chocolademousse | 39990011 | 343,4 | 3,5 | 23,0 | Magere kwark met fruit | 39990015 | 61,2 | 8,6 | 5,9 | | | | | |
| 14-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Kersen smoothie | 30020010 | 94,4 | 3,0 | 18,1 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Mini appeltaartje | 30040205 | 185,6 | 2,7 | 30,3 | Kipspiesje met satésaus | 39990117 | 124,2 | 11,3 | 4,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Fusilli met kip en pesto | 30100088 | 415,2 | 16,1 | 37,8 | Gehaktballetjes met krieltjes, erwttjes en worteltje | 30100053 | 315,9 | 21,1 | 23,9 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Griekse yoghurt met speculooscrumble | 39990125 | 92,4 | 6,4 | 12,4 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 15-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Broodje eiersalade | 39990070 | 100,6 | 3,3 | 9,0 | Bitterballen | 30040005 | 177,8 | 6,0 | 12,6 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktschotel met spitskool | 30100004 | 280,7 | 20,3 | 15,5 | Vegetarische balletjes met bami en satésaus | 30100021 | 398,7 | 21,0 | 37,9 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Kwark met aardbeiencompote | 39990106 | 67,4 | 8,5 | 8,0 | Sinaasappelvla | 30060162 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| 16-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | | | Suikerbrood | 30000003 | 132,8 | 3,0 | 27,3 | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaas - worst bordje (zonder ui) | 39990127 | 133,2 | 8,0 | 0,5 | Roomboter cake | 30040155 | 221,1 | 3,4 | 27,8 | | | | | |
| | Ronde 5 | Veg. hachee met rode kool stampot | 30100120 | 235,2 | 20,0 | 20,0 | Spinazielasagnette met vis | 30100032 | 400,8 | 20,4 | 26,1 | | | | | |
| | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990017 | 132,0 | 6,5 | 14,0 | Aardbeienvla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| 17-mei | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Mango smoothie | 30020003 | 103,7 | 3,0 | 20,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaasbroodjes | 30040037 | 161,5 | 5,0 | 10,0 | Worteltaartje | 30040201 | 157,5 | 1,6 | 14,7 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente | 30100191 | 258,9 | 20,3 | 22,1 | Italiaanse macaronischotel met kaas | 39990141 | 312,7 | 19,3 | 32,7 | Komkommersalade | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Chocolademousse met crispparels | 39990198 | 296,0 | 4,9 | 19,9 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |

WEEK 7

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | | |
|---------------|---------|---|---|-----------|--------|------|---|--|----------|-------|------------------|---------------------------------------|-----------------|----------|------|-----|-----|
| WEEK 8 | 18-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | | Ronde 2 | Frambozen smoothie | 30020001 | 96,6 | 3,0 | 17,6 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Kippenragout met zilvervliesrijst en doperwten | 30100204 | 305,8 | 20,2 | 33,7 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Vanille kwark | 30060152 | 109,6 | 4,5 | 11,8 | Karamel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| | 19-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Mandarijnen smoothie | 30020002 | 90,5 | 3,4 | 16,2 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Roomboter cake | 30040155 | 221,1 | 3,4 | 27,8 | Nuggets | 30040298 | 141,7 | 8,5 | 7,8 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Runderlap met krieltjes en bonen | 30100066 | 251,8 | 20,2 | 20,1 | Ravioli veg. bolognese | 39990092 | 316,7 | 17,8 | 41,3 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Kwark met appel en perencompote | 39990107 | 61,6 | 8,5 | 6,5 | Slagroomvla | 30060019 | 139,1 | 6,4 | 16,1 | | | | | |
| | 20-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Mini loempia's met saus | 39990063 | 122,3 | 2,9 | 13,9 | Mini appelflap | 30040178 | 141,6 | 1,7 | 12,8 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas | 39990190 | 328,6 | 17,6 | 28,6 | Kippendij met krieltjes, spekjes en groenten | 30100023 | 209,8 | 19,7 | 11,0 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Aardbeienmousse met rood fruit | 39990121 | 219,5 | 2,6 | 11,2 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| | 21-mei | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Kaasblokjes | 30040003 | 193,5 | 12,3 | 0,0 | Kibbeling met remouladesaus | 39990066 | 128,6 | 8,1 | 7,6 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Gestoofd varkensvlees met puree en groenten | 30100025 | 329,6 | 28,3 | 17,8 | Surinaamse bami met tempeh en satesaus | 30100083 | 538,4 | 23,5 | 38,3 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Aardbeievla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 22-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | Ronde 2 | Abrikozen smoothie | 30020008 | 102,7 | 4,4 | 18,3 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | Luikse wafel met appelcompote | 39990073 | 218,5 | 2,6 | 28,2 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met aardappel en groenten | 30100020 | 226,4 | 26,5 | 23,4 | Pasta carbonara | 30100173 | 287,1 | 11,8 | 30,0 | | | | | | |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Griekse yoghurt met rood fruit | 39990120 | 54,5 | 6,3 | 7,2 | | | | | | |
| 23-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Mini rozijnenbol | 30000007 | 96,6 | 3,5 | 19,7 | | |
| | Ronde 2 | Frambozen smoothie | 30020001 | 96,6 | 3,0 | 17,6 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | Veg. snackballetjes met kerriemayonaise | 39990057 | 196,4 | 7,8 | 6,2 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Broccolistamppot met vega balletjes | 30100203 | 234,5 | 21,3 | 16,9 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Chocolademousse met crispparels | 39990198 | 296,0 | 4,9 | 19,9 | Aardbeievla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | | |
| 24-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Mini croissant | 30000005 | 108,8 | 2,5 | 13,8 | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Wrap met zalsalade | 30040009 | 133,2 | 5,2 | 9,3 | Kaasbroodjes | 30040037 | 161,5 | 5,0 | 10,0 | | | | | | |
| | Ronde 5 | Runderstoof met aardappelpuree en bonen | 30100024 | 220,1 | 18,7 | 16,6 | Groentelasagnette | 30100038 | 383,0 | 19,6 | 27,7 | Komkommersalade met balsamicodressing | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 | |
| | Ronde 6 | Tropicalmousse met ananas | 39990199 | 296,1 | 3,1 | 22,8 | Sinaasappelvla | 30060162 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | | |

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | |
|--------|---------|---|----------------|-----------|--------|------|--|-----------|--------|------|----------------|-----------------|----------|------|------|-----|
| 25-mei | Ronde 1 | Aardbeien kwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Kersen smoothie | 30020010 | 94,4 | 3,0 | 18,1 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | Hotdogbroodje | 39990005 | 160,8 | 9,4 | 14,7 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kalkoenstooflapje met stampot zoete aardappel paprika | 30100202 | 254,7 | 24,9 | 20,5 | vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspi | 39990148 | 321,1 | 19,6 | 19,5 | | | | | |
| | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990016 | 187,2 | 3,0 | 18,6 | Caramel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| 26-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Chocoladecake reep | 30040292 | 323,1 | 6,1 | 29,2 | Kipspiesje met satésaus | 39990117 | 124,2 | 11,3 | 4,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli | 30100190 | 332,1 | 21,3 | 21,9 | Macaroni met tomatensaus, veg. kip en kaas | 39990141 | 312,7 | 19,3 | 32,7 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Aardbeienmousse met rood fruit | 39990121 | 219,5 | 2,6 | 11,2 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| 27-mei | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Italiaanse groentesoep | 30030026 | 61,9 | 1,9 | 11,5 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaasblokjes | 30040003 | 193,5 | 12,3 | 0,0 | Luikse wafel met appelcompote | 39990073 | 218,5 | 2,6 | 28,2 | | | | | |
| | Ronde 5 | Runderstoof met aardappelpuree en bonen | 30100024 | 220,1 | 18,7 | 16,6 | Spaghetti bolognese | 39990090 | 338,8 | 20,2 | 29,7 | | | | | |
| | Ronde 6 | Bananenvla | 30060023 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | Magere kwark met fruit | 39990015 | 61,2 | 8,6 | 5,9 | | | | | |
| 28-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Mini appeltaartje | 30040205 | 185,6 | 2,7 | 30,3 | Bitterballen | 30040005 | 177,8 | 6,0 | 12,6 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kippendij met krieltjes, spekjes en groenten | 30100023 | 209,8 | 19,7 | 11,0 | Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas | 39990118 | 270,6 | 15,1 | 32,1 | | | | | |
| | Ronde 6 | Griekse yoghurt met speculooscrumble | 39990125 | 92,4 | 6,4 | 12,4 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 29-mei | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Mandarijnen smoothie | 30020002 | 90,5 | 3,4 | 16,2 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencremesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Worteltaartje | 30040201 | 157,5 | 1,6 | 14,7 | Wrap met hummus en komkommer | 30040091 | 87,0 | 3,4 | 8,7 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met puree en rode biet | 30100028 | 295,1 | 20,1 | 23,0 | Butter chicken (vegan) met broccoli en rijst | 30110158 | 273,4 | 15,5 | 30,1 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Kwark met appel en perencompote | 39990107 | 61,6 | 8,5 | 6,5 | Slagroomvla met rood fruit | 39990013 | 150,5 | 6,4 | 18,6 | | | | | |
| 30-mei | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | | | Suikerbrood | 30000003 | 132,8 | 3,0 | 27,3 | |
| | Ronde 2 | Mango smoothie | 30020003 | 103,7 | 3,0 | 20,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaas-worst bordje (zonder ui) | 39990127 | 133,2 | 8,0 | 0,5 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Aardappelomelet | 30100010 | 478,4 | 21,8 | 12,8 | Fusilli met kip en pesto | 30100088 | 415,2 | 16,1 | 37,8 | | | | | |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Karamel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| 31-mei | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Saucijzenbroodje met paddenstoel | 30040290 | 230,0 | 5,8 | 18,4 | | | | | |
| | Ronde 5 | Zalm met puree en groenten | 30100090 | 291,2 | 21,3 | 18,3 | Groentelasagnette | 30100038 | 383,0 | 19,6 | 27,7 | Komkommersalade | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Tropicalmousse met ananas | 39990199 | 296,1 | 3,1 | 22,8 | Vanille kwark | 30060152 | 109,6 | 4,5 | 11,8 | | | | | |

WEEK 9

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | | |
|---------|-------|---------|---|-----------|--------|------|----------------|--|----------|-------|----------------|-------------|-----------------|----------|------|------|-----|
| WEEK 10 | 1-jun | Ronde 1 | Aardbeien kwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | Gekookt ei | OV | | | | | |
| | | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Bananen cake | 30040267 | 212,4 | 8,8 | 21,2 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | | | | | |
| | | Ronde 5 | nde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte k | 39990148 | 321,1 | 19,6 | 19,5 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990016 | 187,2 | 3,0 | 18,6 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| | 2-jun | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Kibbeling (vega) met saus | 39990113 | 164,5 | 5,3 | 19,3 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Gehaktballetjes met krieltjes, erwttjes en worteltjes | 30100053 | 315,9 | 21,1 | 23,9 | Groenterisotto | 30100106 | 287,8 | 14,7 | 23,9 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Aardbeienvla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| | 3-jun | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Italiaanse groentesoep | 30030026 | 61,9 | 1,9 | 11,5 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Chocoladereep | 30040292 | 323,1 | 6,1 | 29,2 | Veg. snackballetjes met kerriemayonaise | 39990057 | 196,4 | 7,8 | 6,2 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Kipfilet met aardappel en groenten | 30100020 | 226,4 | 26,5 | 23,4 | Orzo met tomaat-spinaziesaus | 39990177 | 277,3 | 21,1 | 33,4 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Witte chocolademousse | 39990011 | 343,4 | 3,5 | 23,0 | Magere kwark met fruit | 39990015 | 61,2 | 8,6 | 5,9 | | | | | |
| | 4-jun | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Kersen smoothie | 30020010 | 94,4 | 3,0 | 18,1 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Mini appeltaartje | 30040205 | 185,6 | 2,7 | 30,3 | Kipspiesje met satésaus | 39990117 | 124,2 | 11,3 | 4,0 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Fusilli met kip en pesto | 30100088 | 415,2 | 16,1 | 37,8 | Gehaktballetjes met krieltjes, erwttjes en worteltje | 30100053 | 315,9 | 21,1 | 23,9 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | | Ronde 6 | Griekse yoghurt met speculooscrumble | 39990125 | 92,4 | 6,4 | 12,4 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| | 5-jun | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Broodje eiersalade | 39990070 | 100,6 | 3,3 | 9,0 | Bitterballen | 30040005 | 177,8 | 6,0 | 12,6 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Gehaktschotel met spitskool | 30100004 | 280,7 | 20,3 | 15,5 | Vegetarische balletjes met bami en satésaus | 30100021 | 398,7 | 21,0 | 37,9 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 |
| | | Ronde 6 | Kwark met aardbeiencompote | 39990106 | 67,4 | 8,5 | 8,0 | Sinaasappelvla | 30060162 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| | 6-jun | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | OV | | | Suikerbrood | 30000003 | 132,8 | 3,0 | 27,3 | |
| | | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Kaas - worst bordje (zonder ui) | 39990127 | 133,2 | 8,0 | 0,5 | Roomboter cake | 30040155 | 221,1 | 3,4 | 27,8 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Veg. hachee met rode kool stampot | 30100120 | 235,2 | 20,0 | 20,0 | Spinazielasagnette met vis | 30100032 | 400,8 | 20,4 | 26,1 | | | | | |
| | | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990017 | 132,0 | 6,5 | 14,0 | Aardbeienvla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| | 7-jun | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | OV | | | Gekookt ei | OV | | | | |
| | | Ronde 2 | Mango smoothie | 30020003 | 103,7 | 3,0 | 20,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | OV | | | | | | | | |
| | | Ronde 4 | Kaasbroodjes | 30040037 | 161,5 | 5,0 | 10,0 | Worteltaartje | 30040201 | 157,5 | 1,6 | 14,7 | | | | | |
| | | Ronde 5 | Kipfilet met zoete aardappelpuree en Mexicaanse groente | 30100191 | 258,9 | 20,3 | 22,1 | Italiaanse macaronischotel met kaas | 39990141 | 312,7 | 19,3 | 32,7 | Komkommersalade | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 |
| | | Ronde 6 | Chocolademousse met crispparels | 39990198 | 296,0 | 4,9 | 19,9 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | |
|--------|---------|---|----------------|-----------|--------|------|--|-----------|--------|------|------------------|---------------------------------------|----------|------|------|-----|
| 8-jun | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Frambozen smoothie | 30020001 | 96,6 | 3,0 | 17,6 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kippenragout met zilvervliesrijst en doperwten | 30100204 | 305,8 | 20,2 | 33,7 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | | | | | |
| | Ronde 6 | Vanille kwark | 30060152 | 109,6 | 4,5 | 11,8 | Karamel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| 9-jun | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Mandarijnen smoothie | 30020002 | 90,5 | 3,4 | 16,2 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Roomboter cake | 30040155 | 221,1 | 3,4 | 27,8 | Nuggets | 30040298 | 141,7 | 8,5 | 7,8 | | | | | |
| | Ronde 5 | Runderlap met krieltjes en bonen | 30100066 | 251,8 | 20,2 | 20,1 | Ravioli veg. bolognese | 39990092 | 316,7 | 17,8 | 41,3 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Kwark met appel en perencompote | 39990107 | 61,6 | 8,5 | 6,5 | Slagroomvla | 30060019 | 139,1 | 6,4 | 16,1 | | | | | |
| 10-jun | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Mini loempia's met saus | 39990063 | 122,3 | 2,9 | 13,9 | Mini appelflap | 30040178 | 141,6 | 1,7 | 12,8 | | | | | |
| | Ronde 5 | Veg. balletjes met stampot rode bietjes en kaas | 39990190 | 328,6 | 17,6 | 28,6 | Kippendij met krieltjes, spekjes en groenten | 30100023 | 209,8 | 19,7 | 11,0 | | | | | |
| | Ronde 6 | Aardbeienmousse met rood fruit | 39990121 | 219,5 | 2,6 | 11,2 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| 11-jun | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaasblokjes | 30040003 | 193,5 | 12,3 | 0,0 | Kibbeling met remouladesaus | 39990066 | 128,6 | 8,1 | 7,6 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gestoofd varkensvlees met puree en groenten | 30100025 | 329,6 | 28,3 | 17,8 | Surinaamse bami met tempeh en satesaus | 30100083 | 538,4 | 23,5 | 38,3 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Aardbeievla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 12-jun | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | OV | | Gekookt ei | | OV | | | |
| | Ronde 2 | Abrikozen smoothie | 30020008 | 102,7 | 4,4 | 18,3 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | Luikse wafel met appelcompote | 39990073 | 218,5 | 2,6 | 28,2 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kipfilet met aardappel en groenten | 30100020 | 226,4 | 26,5 | 23,4 | Pasta carbonara | 30100173 | 287,1 | 11,8 | 30,0 | | | | | |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Griekse yoghurt met rood fruit | 39990120 | 54,5 | 6,3 | 7,2 | | | | | |
| 13-jun | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | OV | | Mini rozijnenbol | 30000007 | 96,6 | 3,5 | 19,7 | |
| | Ronde 2 | Frambozen smoothie | 30020001 | 96,6 | 3,0 | 17,6 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | Veg. snackballetjes met kerriemayonaise | 39990057 | 196,4 | 7,8 | 6,2 | | | | | |
| | Ronde 5 | Broccolistamppot met vega balletjes | 30100203 | 234,5 | 21,3 | 16,9 | Nasi goreng met kip | 30100007 | 288,0 | 18,6 | 38,9 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Chocolademousse met crispparels | 39990198 | 296,0 | 4,9 | 19,9 | Aardbeievla | 30060021 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |
| 14-jun | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | OV | | Mini croissant | 30000005 | 108,8 | 2,5 | 13,8 | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencrèmesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | OV | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Wrap met zalsalade | 30040009 | 133,2 | 5,2 | 9,3 | Kaasbroodjes | 30040037 | 161,5 | 5,0 | 10,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Runderstoof met aardappelpuree en bonen | 30100024 | 220,1 | 18,7 | 16,6 | Groentelasagnette | 30100038 | 383,0 | 19,6 | 27,7 | Komkommersalade met balsamicodressing | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Tropicalmousse met ananas | 39990199 | 296,1 | 3,1 | 22,8 | Sinaasappelvla | 30060162 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | | | | | |

WEEK 11

| | | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | Energie (kcal) | Eiwit (g) | KH (g) | | | |
|--------|---------|---|----------------|-----------|--------|------|---|-----------|--------|------|----------------|-----------------|----------|------|------|-----|
| 15-jun | Ronde 1 | Aardbeien kwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Kersen smoothie | 30020010 | 94,4 | 3,0 | 18,1 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Poffertjes | 30040063 | 111,6 | 3,1 | 20,5 | Hotdogbroodje | 39990005 | 160,8 | 9,4 | 14,7 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kalkoenstooflapje met stampot zoete aardappel paprika | 30100202 | 254,7 | 24,9 | 20,5 | vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en gerasp | 39990148 | 321,1 | 19,6 | 19,5 | | | | | |
| | Ronde 6 | Frisse yoghurt | 39990016 | 187,2 | 3,0 | 18,6 | Caramel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| 16-jun | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Peren smoothie | 30020007 | 99,6 | 2,7 | 19,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Chocoladecake reep | 30040292 | 323,1 | 6,1 | 29,2 | Kipspiesje met satésaus | 39990117 | 124,2 | 11,3 | 4,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli | 30100190 | 332,1 | 21,3 | 21,9 | Macaroni met tomatensaus, veg. kip en kaas | 39990141 | 312,7 | 19,3 | 32,7 | Komkommersalade | 39990003 | 35,8 | 1,1 | 3,7 |
| | Ronde 6 | Aardbeienmousse met rood fruit | 39990121 | 219,5 | 2,6 | 11,2 | Chocoladevla | 30060027 | 128,0 | 6,4 | 19,1 | | | | | |
| 17-jun | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Italiaanse groentesoep | 30030026 | 61,9 | 1,9 | 11,5 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaasblokjes | 30040003 | 193,5 | 12,3 | 0,0 | Luikse wafel met appelcompote | 39990073 | 218,5 | 2,6 | 28,2 | | | | | |
| | Ronde 5 | Runderstooft met aardappelpuree en bonen | 30100024 | 220,1 | 18,7 | 16,6 | Spaghetti bolognese | 39990090 | 338,8 | 20,2 | 29,7 | | | | | |
| | Ronde 6 | Bananenvla | 30060023 | 103,4 | 6,8 | 15,1 | Magere kwark met fruit | 39990015 | 61,2 | 8,6 | 5,9 | | | | | |
| 18-jun | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Aardbeien smoothie | 30020006 | 90,6 | 2,8 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Kippensoep | 30031016 | 19,7 | 0,5 | 2,8 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Mini appeltaartje | 30040205 | 185,6 | 2,7 | 30,3 | Bitterballen | 30040005 | 177,8 | 6,0 | 12,6 | | | | | |
| | Ronde 5 | Kippendij met krieltjes, spekjes en groenten | 30100023 | 209,8 | 19,7 | 11,0 | Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas | 39990118 | 270,6 | 15,1 | 32,1 | | | | | |
| | Ronde 6 | Griekse yoghurt met speculooscrumble | 39990125 | 92,4 | 6,4 | 12,4 | Vlaflip | 39990014 | 125,0 | 6,9 | 14,3 | | | | | |
| 19-jun | Ronde 1 | Perzikenkwark | 30000025 | 180,0 | 10,1 | 22,7 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Mandarijnen smoothie | 30020002 | 90,5 | 3,4 | 16,2 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Tomatencremesoep met balletjes | 39990029 | 206,6 | 3,9 | 9,2 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Worteltaartje | 30040201 | 157,5 | 1,6 | 14,7 | Wrap met hummus en komkommer | 30040091 | 87,0 | 3,4 | 8,7 | | | | | |
| | Ronde 5 | Gehaktballetjes met puree en rode biet | 30100028 | 295,1 | 20,1 | 23,0 | Butter chicken (vegan) met broccoli en rijst | 30110158 | 273,4 | 15,5 | 30,1 | Paprikareepjes | 30090007 | 15,6 | 0,6 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Kwark met appel en perencompote | 39990107 | 61,6 | 8,5 | 6,5 | Slagroomvla met rood fruit | 39990013 | 150,5 | 6,4 | 18,6 | | | | | |
| 20-jun | Ronde 1 | Vanille kwark | 30000021 | 187,5 | 10,5 | 23,7 | Brood ontbijt | | | | Suikerbrood | 30000003 | 132,8 | 3,0 | 27,3 | |
| | Ronde 2 | Mango smoothie | 30020003 | 103,7 | 3,0 | 20,5 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Rode linzen soep | 30031014 | 117,9 | 5,4 | 14,1 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Kaas-worst bordje (zonder ui) | 39990127 | 133,2 | 8,0 | 0,5 | Spekkoek | 30040149 | 230,0 | 3,6 | 15,0 | | | | | |
| | Ronde 5 | Aardappelomelet | 30100010 | 478,4 | 21,8 | 12,8 | Fusilli met kip en pesto | 30100088 | 415,2 | 16,1 | 37,8 | | | | | |
| | Ronde 6 | Kaneelmousse met stroopwafel | 39990012 | 305,8 | 3,9 | 18,1 | Karamel - hopjesvla | 30060131 | 118,7 | 6,6 | 19,4 | | | | | |
| 21-jun | Ronde 1 | Aardbeienkwark | 30000019 | 183,0 | 9,8 | 24,2 | Brood ontbijt | | | | Gekookt ei | | | | | |
| | Ronde 2 | Bananen smoothie | 30020005 | 91,7 | 3,4 | 17,0 | Handfruit | | | | | | | | | |
| | Ronde 3 | Na- Zoete aardappelsoep | 30031006 | 175,8 | 1,4 | 16,0 | Brood lunch | | | | | | | | | |
| | Ronde 4 | Appel caketaartje | 30040294 | 211,3 | 5,0 | 28,1 | Saucijzenbroodje met paddenstoel | 30040290 | 230,0 | 5,8 | 18,4 | | | | | |
| | Ronde 5 | Zalm met puree en groenten | 30100090 | 291,2 | 21,3 | 18,3 | Groentelasagnette | 30100038 | 383,0 | 19,6 | 27,7 | Komkommersalade | 39990004 | 82,1 | 0,3 | 2,7 |
| | Ronde 6 | Tropicalmousse met ananas | 39990199 | 296,1 | 3,1 | 22,8 | Vanille kwark | 30060152 | 109,6 | 4,5 | 11,8 | | | | | |

WEEK 12