

WEEK 1	30-jun	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		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 (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	1-jul	Ronde 1	Perzikenkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	2-jul	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Griekse salade met feta	Mini volkoren broodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocoladereep	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	3-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
		Ronde 3		Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	4-jul	Ronde 1	Perzikenkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3		Na- Linzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gestoofd varkensvlees met puree en groenten	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	5-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	6-jul	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	7-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3		Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caketaartje	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	8-jul	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3		Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	9-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3		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- Spaghetti bolognese	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	10-jul	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje 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	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	11-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3		Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Pastasalade met tonijn	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	12-jul	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3		Na- Linzensalade	Mini volkorenbroodje met ham
		Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Kip sukiyaki met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	13-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met zalmalade	
		Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Sinaasappelvla	

WEEK 3	14-jul	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramel - hopjesvla	
	15-jul	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladereep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Vegetarische kip met rijst en zoetzure saus	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	16-jul	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	Na- Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	17-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3		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 (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	18-jul	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3		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- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met rood fruit	
	19-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3		Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau
		Ronde 4	Chocolade muffin	Indiaas groentetaartje	
		Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Karamel - hopjesvla	
	20-jul	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3		Na- Linzensalade	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Appel caketaartje	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola	

WEEK 4	21-jul	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		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 (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	22-jul	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	23-jul	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Griekse salade met feta	Mini volkoren broodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocoladereep	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	24-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
		Ronde 3		Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	25-jul	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3		Na- Lizensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gestooft varkensvlees met puree en groenten	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	26-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	27-jul	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	28-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3		Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caketaartje	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	29-jul	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3		Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	30-jul	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3		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- Spaghetti bolognese	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	31-jul	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Chocolade peer cake	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtjes en worteltjes	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	1-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3		Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Pastasalade met tonijn	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	2-aug	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3		Na- Linzensalade	Mini volkorenbroodje met ham
		Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Kip sukiyaki met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	3-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Sinaasappelvla	

WEEK 6	4-aug	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramel - hopjesvla	
	5-aug	Ronde 1	Perzikenkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladereep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Vegetarische kip met rijst en zoetzure saus	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkward met abrikoos	Chocoladevla	
	6-aug	Ronde 1	Aardbeienkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	Na- Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	7-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3		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 zilvervriesrijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	8-aug	Ronde 1	Perzikenkward	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3		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- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met rood fruit	
	9-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3		Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau
		Ronde 4	Chocolade muffin	Indiaas groentetaartje	
		Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Karamel - hopjesvla	
	10-aug	Ronde 1	Aardbeienkward	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Courgettesoep met kipstukjes	Na- Lizensalade	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Appel caketaartje	Wrap met zalmalade	
		Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola	

WEEK 7	11-aug	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		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 (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	12-aug	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	13-aug	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Griekse salade met feta	Mini volkoren broodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocoladereep	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	14-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
		Ronde 3		Quinoasalade met pecannoten	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	15-aug	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3		Na- Lizensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gestoofd varkensvlees met puree en groenten	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	16-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	17-aug	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	18-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3		Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caketaartje	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	19-aug	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3		Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	20-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3		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- Spaghetti bolognese	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	21-aug	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Chocolade peer cake	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtjes en worteltjes	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	22-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3		Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Pastasalade met tonijn	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	23-aug	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3		Na- Lizensalade	Mini volkorenbroodje met ham
		Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Kip sukiyaki met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	24-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Sinaasappelvla	

WEEK 9	25-aug	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramel - hopjesvla	
	26-aug	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladereep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Vegetarische kip met rijst en zoetzure saus	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	27-aug	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	Na- Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	28-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3		Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix	
		Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwten en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	29-aug	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3		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- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met rood fruit	
	30-aug	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3		Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau
		Ronde 4	Chocolade muffin	Indiaas groentetaartje	
		Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Karamel - hopjesvla	
	31-aug	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3		Na- Linzensalade	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Appel caketaartje	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola	

WEEK 10	1-sep	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3		Na- Aziatische salade	
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	2-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 3		Salade caprese	
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	3-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	Mini volkoren broodje met jonge kaas
		Ronde 3		Griekse salade met feta	
		Ronde 4	Chocoladereep	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	4-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 3		Quinoasalade met pecannoten	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	5-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 3		Na- Lizensalade	
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gestoofd varkensvlees met puree en groenten	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	6-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3		Salade caprese	
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	7-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en peer	
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	8-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3		Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caketaartje	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	9-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3		Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Fusilli pomodoro met mozzarella	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	10-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3		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- Spaghetti bolognese	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	11-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Chocolade peer cake	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met krieltjes en erwtjes en worteltjes	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	12-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3		Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Pastasalade met tonijn	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	13-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3		Na- Linzensalade	Mini volkorenbroodje met ham
		Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Kip sukiyaki met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	14-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Sinaasappelvla	

WEEK 12	15-sep	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3		Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Veg. goulash met bonenstampot	Na- Viscurry met rijst	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Caramel - hopjesvla	
	16-sep	Ronde 1	Perzikenkware	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3		Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladereep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Vegetarische kip met rijst en zoetzure saus	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	17-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3		Griekse salade met feta	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Runderstoof met tuinbonenpuree en spinazie	Na- Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	18-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3		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 (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	19-sep	Ronde 1	Perzikenkware	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3		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- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met rood fruit	
	20-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3		Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje gebraden fricandeau
		Ronde 4	Chocolade muffin	Indiaas groentetaartje	
		Ronde 5	Na- Aardappelomelet	Na- Fusilli met kip, pesto en geraspte kaas	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Karamel - hopjesvla	
	21-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3		Na- Linzensalade	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Appel caketaartje	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zalm met puree en groenten	Na- Lasagnette bolognese	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenmousse met speculooscrumble	Vanille kwark met granola	

WEEK 13	22-sep	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3		Na- Aziatische salade	
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	23-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 3		Salade caprese	
		Ronde 4	Cranberry muffin	Elitehaver	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	24-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	Mini volkoren broodje met jonge kaas
		Ronde 3		Griekse salade met feta	
		Ronde 4	Chocoladereep	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groentemix en roomsaus	Na- Ravioli veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Witte chocolademousse	Magere kwark met fruit	
	25-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 3		Quinoasalade met pecannoten	
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Vispotje met zilvervliesrijst en peultjes	Na- Surinaamse roti	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	26-sep	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 3		Na- Lizensalade	
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gestooft varkensvlees met puree en groenten	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	27-sep	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 3		Salade caprese	
		Ronde 4	Bosbessenmuffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	28-sep	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Na- Omelet
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 3		Salade met geitenkaas en peer	
		Ronde 4	Hartig taartje met tomaat en 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	