

WEEK 1	5-jan	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	6-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Krokante notenmelange	Appel caketaartje	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	7-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone-soep met soepvlees	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	
	8-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Kipsalade	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	
	9-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Na- Aardappelsoep met gehaktballetjes	Na- Lizensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Runderlap met spruitjesstampot	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	10-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Perzikenkwark met granola	Aardbeienvla	
	11-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Hartig taartje met 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	12-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Couscous salade met feta	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	
	13-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Na- Indiaanse currysoep met kip	Na- Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Orzo met tomaat-spinaziesaus	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	14-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Mini loempia's met saus	
		Ronde 5	Na- Kippenragout met zilervliesrijst en doperwten	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	15-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Procureurrollade met boerenkool en jus	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	16-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Pie met kaas en spinazie	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	17-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Linzensalade	Mini volkorenbroodje met ham
		Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	18-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met zalmalade	
		Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	

WEEK 3	19-jan	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met cashewnoten en druiven	Caramel - hopjesvla	
	20-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladecake reep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Marokaanse stoof met couscous en amandelschaafsel	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	21-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestroneoepp met soepvlees	Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Rendang (vegan) met sperziebonen, zilvervliesrijst en kokos	Na- Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Bananenvla	Magere kwark met fruit	
	22-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix	
		Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	23-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	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- Vegetarische tandori met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	24-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Pastasalade met kip	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	
	25-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Courgettesoepp met kipstukjes	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	Tropicalmousse	Vanille kwark met granola	

WEEK 4	26-jan	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	27-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Krokante notenmelange	Appel caketaartje	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	28-jan	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone-soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren 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	
	29-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Kipsalade	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	
	30-jan	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Na- Aardappelsoep met gehaktballetjes	Na- Linzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Runderlap met spruitjesstampot	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	31-jan	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Perzikenkwark met granola	Aardbeienvla	
	1-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Hartig taartje met 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	2-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Couscous salade met feta	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caketaartje	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampptot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	3-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Na- Indiaanse currysoep met kip	Na- Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Orzo met tomaat-spinaziesaus	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	4-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Mini loempia's met saus	
		Ronde 5	Na- Kippenragout met zilvervliesrijst en doperwten	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	5-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Procureurrollade met boerenkool en jus	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	6-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Pie met kaas en spinazie	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	7-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Linzensalade	Mini volkorenbroodje met ham
		Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	8-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	

WEEK 6	9-feb	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met cashewnoten en druiven	Caramel - hopjesvla	
	10-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladecake reep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Marokaanse stoof met couscous en amandelschaafsel	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	11-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone-soep met soepvlees	Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Rendang (vegan) met sperziebonen, zilvervliesrijst en kokos	Na- Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Bananenvla	Magere kwark met fruit	
	12-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix	
		Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	13-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	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- Vegetarische tandori met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	14-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Pastasalade met kip	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	
	15-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Courgettesoepp met kipstukjes	Na- Linzensalade	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	Tropicalmousse	Vanille kwark met granola	

WEEK 7	16-feb	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	17-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Krokante notenmelange	Appel caketaartje	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	18-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone-soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren 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	
	19-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Kipsalade	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	
	20-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Na- Aardappelsoep met gehaktballetjes	Na- Linzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Runderlap met spruitjesstampot	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	21-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Perzikenkwark met granola	Aardbeienvla	
	22-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Hartig taartje met 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	23-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Couscous salade met feta	Mini sandwich eiersalade
		Ronde 4	Appel caketaartje	Spekkoek	
		Ronde 5	Na- Veg. balletjes met stampptot rode bietjes en geitenkaas	Na- Kip masala met rijst	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Vanille kwark met granola	Karamel - hopjesvla	
	24-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Na- Indiaanse currysoep met kip	Na- Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Orzo met tomaat-spinaziesaus	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	25-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Mini loempia's met saus	
		Ronde 5	Na- Kippenragout met zilvervliesrijst en doperwten	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	26-feb	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Procureurrollade met boerenkool en jus	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	27-feb	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Pie met kaas en spinazie	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	28-feb	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Linzensalade	Mini volkorenbroodje met ham
		Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	1-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	

WEEK 9	2-mrt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met cashewnoten en druiven	Caramel - hopjesvla	
	3-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladecake reep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Marokaanse stoof met couscous en amandelschaafsel	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	4-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone-soep met soepvlees	Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Rendang (vegan) met sperziebonen, zilvervliesrijst en kokos	Na- Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Bananenvla	Magere kwark met fruit	
	5-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix	
		Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	6-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	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- Vegetarische tandori met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	7-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Pastasalade met kip	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	
	8-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Courgettesoepp met kipstukjes	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	Tropicalmousse	Vanille kwark met granola	

WEEK 10	9-mrt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbeien shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Blinde vink met krieltjes, bloemkool, kaassaus en geraspte kaas	Na- Nasi goreng met veg. kip	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Hangop van limoen en rabarber	Aardbeienvla	
	10-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Kersen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Krokante notenmelange	Appel caketaartje	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met hutspot	Na- Groenterisotto met Parmezaanse kaas	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	11-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestrone-soep met soepvlees	Griekse salade met feta	Mini volkoren 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	
	12-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Bananen shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Kipsalade	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	
	13-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Na- Aardappelsoep met gehaktballetjes	Na- Linzensalade	Mini meerganenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Notenmix	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Runderlap met spruitjesstampot	Na- Veg. balletjes met bami en satésaus	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	
	14-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Na- Paprikasoepp met kip	Salade caprese	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met kipsalade	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met puree en rode kool	Na- Spinazielasagnette met vis	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Perzikenkwark met granola	Aardbeienvla	
	15-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Salade met geitenkaas en peer	Mini krentenbolletje met kaas
		Ronde 4	Hartig taartje met 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	16-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Couscous salade met feta	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	
	17-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Aardbeien shake	
		Ronde 3	Na- Indiaanse currysoep met kip	Na- Groene bonensalade met Parmezaanse kaas	Mini volkorenbroodje ham
		Ronde 4	Roomboter cake	Krokante notenmelange	
		Ronde 5	Na- Runderlap met krieltjes en bonen	Na- Orzo met tomaat-spinaziesaus	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla	
	18-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini meergranenbroodje met jonge kaas
		Ronde 4	Chocolade muffin	Mini loempia's met saus	
		Ronde 5	Na- Kippenragout met zilvervliesrijst en doperwten	Na- Spaghetti bolognese	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Aardbeienmousse met rood fruit	Chocoladevla	
	19-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Peer - bosvruchten shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Pompoensoep	Mexicaanse salade	Mini volkorenbroodje met gebraden fricandeau
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Procureurrollade met boerenkool en jus	Na- Bami met ei en veg. kip	Komkommersalade
		Ronde 6	Limoenkwark met gedroogde vruchten	Vlaflip	
	20-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bosbessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoep	Na- Pastasalade met kip	Mini volkorenbroodje met oude kaas
		Ronde 4	Appeltaart muffin	Pie met kaas en spinazie	
		Ronde 5	Na- Kipfilet met aardappel, groenten en kerriesaus	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Rauwkost (Atlantic)
		Ronde 6	Kaneelmousse met stroopwafel	Griekse yoghurt met rood fruit	
	21-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Mini rozijnenbol
		Ronde 2	Frambozen shake	Mango shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	Na- Linzensalade	Mini volkorenbroodje met ham
		Ronde 4	Spekkoek	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Broccolistamppot met veg. balletjes	Na- Surinaamse gestoofde kip met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Chocolademousse	Aardbeienvla	
	22-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Mini croissant
		Ronde 2	Bananen shake	Zwarte bessen shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoep met balletjes	Salade met geitenkaas en rode biet	Mini volkorenbroodje brie
		Ronde 4	Speculaas muffin	Wrap met zalsalade	
		Ronde 5	Na- Zoete aardappel masala met vis en rijst	Na- Groentelasagnette	Komkommersalade met balsamicodressing
		Ronde 6	Kwark met aardbeiencompote	Sinaasappelvla	

WEEK 12	23-mrt	Ronde 1	Aardbeien kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kersen shake	Abrikozen shake	
		Ronde 3	Na- Erwtensoepp met worst	Na- Aziatische salade	Mini meergranenbroodje kipfilet
		Ronde 4	Bananen cake	Poffertjes	
		Ronde 5	Na- Varkensfiletlapje met puree en spruitjes	Na- Italiaanse macaronischotel met kaas	Rauwkost (bonte)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met cashewnoten en druiven	Caramel - hopjesvla	
	24-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Kokos - mango shake	Bosbessen shake	
		Ronde 3	Na- Champignoncrèmesoepp	Salade caprese	Mini sandwich met tonijnsalade
		Ronde 4	Chocoladecake reep	Kipspiesje met satésaus	
		Ronde 5	Na- Gehaktballetjes met zoete aardappelpuree en broccoli	Na- Marokaanse stoof met couscous en amandelschaafsel	Komkommersalade
		Ronde 6	Citroenkwark met abrikoos	Chocoladevla	
	25-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Aardbei-rabarber shake	Tropical shake	
		Ronde 3	Na- Minestroneoepp met soepvlees	Na- Poké bowl salade met vinaigrette	Mini volkoren met jonge kaas
		Ronde 4	Wrap met kipsalade	Worstenbroodje	
		Ronde 5	Na- Rendang (vegan) met sperziebonen, zilvervliesrijst en kokos	Na- Macaroni veg. bolognese	Fijne rauwkost
		Ronde 6	Bananenvla	Magere kwark met fruit	
	26-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Zwarte bessen shake	Ananas shake	
		Ronde 3	Na- Tomatencrèmesoepp met balletjes	Na- Couscous salade met feta	Mini volkorenbroodje met grillworst
		Ronde 4	Mini appeltaartje	Notenmix	
		Ronde 5	Na- Kippendij met krieltjes, erwtjes en wortelen	Na- Chili sin carne met zilvervliesrijst en kaas	Rauwkost (waldorf)
		Ronde 6	Griekse yoghurt met speculooscrumble	Vlaflip	
	27-mrt	Ronde 1	Perzikenkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Mandarijnen shake	Rode vruchten shake	
		Ronde 3	Na- Zoete aardappelsoep	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- Vegetarische tandori met rijst	Paprikareepjes
		Ronde 6	Kwark met appel en perencompote	Slagroomvla met bitterkoekjes	
	28-mrt	Ronde 1	Vanille kwark	Brood ontbijt	Suikerbrood
		Ronde 2	Mango shake	Frambozen shake	
		Ronde 3	Na- Rode linzen soep	Na- Pastasalade met kip	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	
	29-mrt	Ronde 1	Aardbeienkwark	Brood ontbijt	Gekookt ei
		Ronde 2	Bananen shake	Peer - bosvruchten shake	
		Ronde 3	Na- Courgettesoepp met kipstukjes	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	Tropicalmousse	Vanille kwark met granola	