

Vanaf 6/1 tot 20/12



	MAANDAG 6/1	DINSDAG 7/1	WOENSDAG 8/1	DONDERDAG 9/1	VRIJDAG 10/1
Soep - Soupe	Kervelsoep met balletjes 114kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)	Tomatensoep 69kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	Tuinkruidensoep met philadelphia 68kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)	Preisoep 53kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	Wortelsoep 74kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9
Eiwit - Protéine 1	Cordon bleu 286kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 7		Boomstammetje 438kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 1e (P), 3, 6, 7, 10 (P), 12	Kalkoenlapje 226kcal A : 6, 7, 9	Visburger 319kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 3, 4, 5 (P), 6, 7, 8 (P), 9 (P), 11 (P), 13 (P)
Saus - sauce 1	Vleessaus 1kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 12	Bolognaisesaus 178kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	Spaanse saus 20kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)	Zoetzure saus 14kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 12	Tartaarsaus 308kcal A : 3, 10, 12
Zetmeel - féculent 1	Gestoomde aardappelen 142kcal	Spaghetti 395kcal A : 1	Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7	Tarwe 220kcal A : 1, 1a, 1b, 6, 9	Gebakken aardappelen 204kcal A : 9
warme groenten	Rode kool met appel 121kcal		Schorseneren in witte saus 105kcal A : 1, 1a, 6, 7	Ananas 123kcal	Spinazie in room 76kcal A : 1, 1a, 6, 7

Allergenen (A) : 1. Gluten, **1a.** Tarwe, **1b.** Rogge, **1c.** Gerst, **1d.** Haver, **1e.** Spelt, **1f.** Kamut, **2.** Schaaldieren, **3.** Eieren, **4.** Vis, **5.** Aardnoten, **6.** Soja, **7.** Melk, **8.** Noten, **8a.** Amandelen, **8b.** Hazelnoten, **8c.** Walnoten, **8d.** Cashewnoten, **8e.** Pecannoten, **8f.** Paranoten, **8g.** Pistachenoten, **8h.** Macadamianoten, **8i.** NOT_USED, **9.** Selderij, **10.** Mosterd, **11.** Sesamzaad, **12.** Sulfieten, **13.** Lupine, **14.** Weekdieren . **P = potentieel (i.e., kan aanwezig zijn).**

Hoe hoger de score is, hoe beter het gerecht is voor uw gezondheid en onze planeet.