


Menu dieetgroep D1

maandag	W40/43/46/49/52	W41/44/47/50	W42/45/48/51
	Spinaziesoep Kabeljauw Boontjes Quinoa Fruit**	Pompoensoep Zalm Broccoli Zoete aardappelstoemp Koek*/fruit**	Spinaziesoep Kalkoenlapje Erwtjes en wortelen Pastinaak Fruit**
dinsdag	Wortelsoep Rundsburger met bbq saus en ajuin Compote van kerstomaat Volkoren rijst Koek*/fruit**	Spinaziesoep Kalkoengebraad Ratatouille Natuur rijst Fruit**	Erwtensoep Tongschar kokosroomsaus Knolselder en pompoen Koek*/fruit**
woensdag	Tomatensoep Kalkoen waterzooi op gentse wijze Juliennegroenten Puree van zoete aardappel Fruit**	Wortelsoep Kalfsreepjes bruine jus Crème van peterseliewortel Quinoa Fruit**	Groentesoep Rundsburger met bbq saus en ajuin Compote van kerstomaat Volkoren rijst Schepdessert
donderdag	 Erwtensoep Seitanschijf kokosroomsaus Knolselder en pompoen Schepdessert	Erwtensoep Penne arrabiata Met kerstomaat, aubergine En oranje linzen Fruit**	Tomatensoep Falafel Appelmoes Gebakken zoete aardappel Fruit**
vrijdag	 Courgettesoep Penne bolognaise Met rundsvlees en groenten Fruit**	Tomatensoep Rundsburger Creme van erwt Gestoofde zoete aardappel Schepdessert	Pompoensoep Kalfsragout in groentebouillon Groentjes Fair trade rijst Fruit**



DUURZAME VIS

* fruit voor peuter en kleuter

** fruit varieert dagelijks volgens seizoen. Vb appel, peer, mandarijn, kiwi, druif,...