

Menu dieetgroep D2

maandag	W40/43/46/49/52	W41/44/47/50	W42/45/48/51
 KOLONEL KOMKOMMER	Spinaziesoep Veggies worst Erwt en wortel Pastinaak Fruit**	Pompoensoep Veggies burger Broccoli Zoete aardappelstoemp Koek*/fruit**	Spinaziesoep Veggies kerrie Zoete aardappel Linzen Fruit**
dinsdag	Wortelsoep Veggies burger met bbq saus en ajuin Compote van kerstomaat Volkoren rijst Koek*/fruit**	Spinaziesoep Quornblokjes Ratatouille Natuur rijst Fruit**	Erwtensoepp Seitanschief kokosroomsaus Knolselder en pompoen Koek*/fruit**
woensdag	Tomatensoep Quorn waterzooi op gentse wijze Juliennegroenten Puree van zoete aardappel Fruit**	Wortelsoep Groentenburger veggie jus Crcrème van peterseliewortel Quinoa Fruit**	Groentesoepp Veggies burger met bbq saus en ajuin Compote van kerstomaat Volkoren rijst Schepdessert
donderdag	 Erwtensoepp Seitanschief kokosroomsaus Knolselder en pompoen Schepdessert	Erwtensoepp Penne arrabiata Met kerstomaat, aubergine En oranje linzen Fruit**	Tomatensoep Falafel Appelmoes Gebakken zoete aardappel Fruit**
vrijdag	 Courgettesoepp Penne bolognaise Met soja en groenten Fruit**	Tomatensoep Falafel Creme van erwt Gestoofde zoete aardappel Schepdessert	Pompoensoep Quornfilet in bouillon Groentjes Fair trade rijst Fruit**



DUURZAME VIS

* fruit voor peuter en kleuter

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