

Vanaf 2/3 tot 6/3



	MAANDAG 2/3	DINSdag 3/3	WOENSDAG 4/3	DONDERDAG 5/3	VRIJDAG 6/3
Soep - Soupe	 Courgettesoep 35kcal A : 6, 9	 Aspergesoep 43kcal A : 6, 9	 Tomatensoep met tuinkruiden 52kcal A : 6, 9	 Preisoep puur 76kcal A : 6, 9	 Pompoensoep 36kcal A : 6, 9
Eiwit - Protéine 1	 Kippennuggets 405kcal A : 1, 1a, 7	 Goulash 369kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10, 11 (P)	 Hete bliksem (Vrk- Rund) 500kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 6, 7, 9, 10, 11	 Bolognaisesaus 171kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	 Viskrokantje 227kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 3, 4, 5 (P), 6, 7, 8 (P), 11 (P), 13 (P)
Saus - sauce 1	 Barbecue saus 67kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 9 (P), 10 (P), 12 (P)				 Tartaarsaus 308kcal A : 3, 10, 12
Zetmeel - féculent 1	 Gebakken aardappelen 204kcal A : 9	 Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7		 Spirelli 422kcal A : 1, 1a, 3 (P)	 Natuuraardappelen 142kcal
Warme groenten - Légumes chauds 2	 Gestoofde spinazie 55kcal	 Geraspte wortelen 13kcal			 Salade ijsberg 5kcal
Vegetarisch - Végétarien	 Kaaskroketten 381kcal A : 1, 1a, 3 (P), 6, 7, 12 (P)	 Vegetarische goulash 175kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7, 9, 10, 11 (P)	 Vegetarische ovenshotel 617kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 1e (P), 3, 5 (P), 6, 7, 11 (P), 13 (P)	 Vegetarische bolognaise 602kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 1e (P), 3, 5 (P), 6 (P), 7, 11 (P), 13 (P)	 Gewokte reepjes met pesto 354kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 3, 6, 7, 8, 8d, 9, 11 (P), 13 (P)

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.

Vanaf 9/3 tot 13/3



	MAANDAG 9/3	DINSDAG 10/3	WOENSDAG 11/3	DONDERDAG 12/3	VRIJDAG 13/3
Soep - Soupe	 Portugese soep 64kcal A : 6, 9	 Pompoensoep 36kcal A : 6, 9	 Bloemkoolsoep 37kcal A : 6, 9	 Tomatensoep met basilicum 53kcal A : 6, 9	 Brunoisesoep 33kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 9
Eiwit - Protéine 1	 Varkensgyros 372kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	 Vol-au-vent (gevogelte) 260kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P), 12	 Rundsteak 174kcal A : 6, 7	 Vege lasagne 345kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7, 9	 Kipfilet 228kcal A : 9
Saus - Sauce 1			 Tomaat-champignonsaus 37kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 9		 Currysaus 26kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 7, 9, 10, 11 (P)
Zetmeel - Féculant 1	 Gele rijst 221kcal A : 6, 9	 Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7	 Natuuraardappelen 142kcal		 Gebakken aardappelen met ui 212kcal A : 6, 7
Warme Gr. - Légumes chauds 1	 Erwten 432kcal A : 6, 7	 Gegratineerde broccoli 172kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	 Snijboontjes 71kcal A : 6, 7, 9		 Gebakken spinazie met look 56kcal A : 6, 7
Vegetarisch - Végétarien	 Vegetarische gyros 350kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P), 11	 Chiliburger 724kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 3, 6 (P), 13 (P)	 Gevulde courgette 148kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 3, 6, 7, 11 (P), 13 (P)		 Gewokte reepjes met pesto 354kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 3, 6, 7, 8, 8d, 9, 11 (P), 13 (P)

--	--	--	--	--

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.

Vanaf 16/3 tot 20/3



	MAANDAG 16/3	DINSDAG 17/3	WOENSDAG 18/3	DONDERDAG 19/3	VRIJDAG 20/3
Soep - Soupe	Parmentiersoep 50kcal A : 6, 9	Paprikasoep 49kcal A : 6, 9	Groene seldersoep 28kcal A : 6, 9	Lentesoep 46kcal A : 6, 9	Tomatenroomsoep 71kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9
Eiwit - Protéine 1	Kalkoensteak 219kcal A : 1a (P), 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 5 (P), 6, 11 (P), 13 (P)	Gehaktbrood 270kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7, 10 (P), 12	Orloffgebraad (Varken) 430kcal A : 1a (P), 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 6, 7, 9	Vlaamse stoverij 413kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10, 12 (P)	Kipbrochette 206kcal A : 6, 9, 10
Saus - Sauce 1	Spaanse saus 20kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)	Veenbessensaus 32kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 12	Jagersaus 23kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 12		Choronsaus 188kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10, 12
Zetmeel - Féculant 1	Natuuraardappelen 142kcal	Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7	Gebakken aardappelblokjes 609kcal	Bieslookaardappelen 142kcal	Gebakken rijst 269kcal A : 6, 9
Warme Gr. - Légumes chauds 1	Rode kool 62kcal A : 6, 7	Bloemkool in witte saus 90kcal A : 1, 1a, 6, 7, 9	Ananas 123kcal	Broccolimix 85kcal A : 6, 7	Witte bonen in tomatensaus 97kcal A : 6, 9, 12 (P)
Vegetarisch - Végétarien	Tofuballetjes 282kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 3, 6, 7, 9, 10 (P)	Vegetarische burger 745kcal A : 1, 1a, 1b, 1c, 1d (P), 3, 6, 7, 10, 12 (P), 13 (P)	southern quorn 280kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 3, 5 (P), 6 (P), 7, 11 (P), 13 (P)	Vegetarische stoofpotje 172kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7, 10, 12 (P)	Gepaneerde Quornfilet 281kcal A : 1, 1a, 1b, 1c, 1d, 1e (P), 3, 5 (P), 6 (P), 7, 11 (P), 13 (P)

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.

Vanaf 23/3 tot 27/3



	MAANDAG 23/3	DINSdag 24/3	WOENSDAG 25/3	DONDERDAG 26/3	VRIJDAG 27/3
Soep - Soupe	 Groentesoep 38kcal A : 6, 9	 Witloofsoep 45kcal A : 6, 9	 Waterkerssoep 43kcal A : 6, 9	 Maissoep 162kcal A : 6, 9	 Tomatensoep met balletjes 83kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)
Eiwit - Protéine 1	 Gemarineerde kipfilet 185kcal A : 6, 7	 Gehaktballetjes (Vrk-Rund) 193kcal A : 6, 7	 Varkensmignonnette 186kcal A : 6, 7	 Ham en kaassaus 200kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	 Visfilet gratino 287kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 4, 7
Saus - Sauce 1	 Zoetzure saus 14kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 12	 Tomatensaus 35kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 9	 Cross blackwell saus 286kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 3, 7, 9, 10, 12		 Witte wijnsaus 76kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 4, 6, 7, 12
Zetmeel - Féculant 1	 Witte rijst 213kcal	 Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7	 Provencaalse aardappelen 204kcal	 MACARONI SCHELPJES KB 10650kcal A : 1, 1a, 3	 Gebakken krieltjes 182kcal
Warme Gr. - Légumes chauds 1	 Wortelen 378kcal A : 6, 7	 Prei in room 88kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	 Perzik 113kcal		 Spinazie in room 76kcal A : 1, 1a, 6, 7
Vegetarisch - Végétarien	 Sojanuggets 430kcal A : 1, 1a, 6	 Groentenballetjes 329kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7, 9, 10 (P)	 Broccoli nootburger 348kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 7, 8, 8b	 Vege lasagne 345kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7, 9	

--	--	--	--

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.