



Week van **4 februari 2019** tot **8 februari 2019**

Maaltijden worden bereid in een ruimte waar ook bloem, ei, melk, soja, lupine aanwezig is. Kruisbesmetting valt niet uit te sluiten.

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
<b>Soep</b>	Minestrone-soep	Aardappelsoep	<< >>	Tomatensoep	Broccolisoe-p
	(1, 2, 4, 9)	(1, 2, 4, 9, 11)		(1, 2, 4, 9)	(1, 2, 4, 9)
<b>Eiwit 1</b>	Boomstammetje	Bolognaisesaus	<< >>	Kip zoetzuur	Hete bliksemschotel
	(2, 4)	(1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13)		(1, 2, 4, 5, 6, 9, 10, 11)	(1, 2, 4, 5, 9, 11, 13)
<b>Saus 1</b>	Spaanse saus	<< >>	<< >>	<< >>	<< >>
	(1, 2, 4, 9, 11, 12)				
<b>Zetmeel 1</b>	Natuur-aardappelen	Penne	<< >>	Witte rijst	<< >>
		(2, 7, 11)		(1)	
<b>Warme groenten 1</b>	Bloemkool mornay	<< >>	<< >>	Paprikareepjes	<< >>
	(1, 4, 9)				



LEKKER VEEL ENERGIE

www.energiq.be

Week van **11 februari 2019** tot **15 februari 2019**

Maaltijden worden bereid in een ruimte waar ook bloem, ei, melk, soja, lupine aanwezig is. Kruisbesmetting valt niet uit te sluiten.

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
<b>Soep</b>	Wortelsoep	Champignonsoep	<< >>	Preisoep	Groentesoep
	(1, 2, 4, 9)	(1, 2, 4, 9, 11)		(1, 2, 4, 9)	(1, 2, 4, 9)
<b>Eiwit 1</b>	Kaasworst	Gentse waterzooi	<< >>	Gehaktballetjes	<< >>
	(4)	(1, 2, 4, 5, 6, 9, 10, 11)		(1, 2, 4, 5, 11, 13)	
<b>Saus 1</b>	Vleessaus	<< >>	<< >>	Tomatensaus	Kaassaus
	(1, 2, 4, 5, 9, 11)			(2, 4)	(2, 4)
<b>Zetmeel 1</b>	Gebakken krieltjes	Peterselieaardappelen	<< >>	Aardappelpuree	Farfalle
	(4)			(4)	(2, 7, 11)
<b>Warme groenten 1</b>	Warme peer	<< >>	<< >>	<< >>	Broccoli
					(4)



www.energiq.be

Week van **18 februari 2019** tot **22 februari 2019**

Maaltijden worden bereid in een ruimte waar ook bloem, ei, melk, soja, lupine aanwezig is. Kruisbesmetting valt niet uit te sluiten.

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
<b>Soep</b>	Tomatensoep	Kervelsoep	<< >>	Jullienesoep	Pompensoep
	(1, 2, 4, 9)	(1, 2, 4, 9)		(1, 2, 4, 9)	(1, 2, 4, 9)
<b>Eiwit 1</b>	Hamburger	Kippenreepjes	<< >>	Vlaamse stoverij	Vispannetje
	(1, 2, 4, 5, 11, 13)			(1, 2, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13)	(2, 4, 8, 11, 13, 14)
<b>Saus 1</b>	Ajuinsaus	Napolitaanse saus	<< >>	<< >>	<< >>
	(2, 4)	(9)			
<b>Zetmeel 1</b>	Natuuraardappelen	Spirelli	<< >>	Gebakken aardappelen	Aardappelpuree
		(2, 7, 11)		(4)	(4)
<b>Warme groenten 1</b>	Rode kool met appel	Mediterraanse groentjes	<< >>	Gemengde sla	<< >>
		(4)		(9)	



LEKKER VEEL ENERGIE

www.energiq.be

Week van 25 februari 2019 tot 1 maart 2019

Maaltijden worden bereid in een ruimte waar ook bloem, ei, melk, soja, lupine aanwezig is. Kruisbesmetting valt niet uit te sluiten.

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
<b>Soep</b>	Courgettesoep	Tomatensoep	<< >>	Preisoep	Paprikasoep
	(1, 2, 4, 9)	(1, 2, 4, 9)		(1, 2, 4, 9)	(1, 2, 4, 9)
<b>Eiwit 1</b>	Braadworst	Kipfilet (Gemarineerd)	<< >>	Vol-au-vent	Lasagne Bolognaise
	(1, 2, 4, 5, 11, 13)	(4, 5, 9, 11, 12)		(1, 2, 4, 9, 11)	(1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13)
<b>Saus 1</b>	Vleessaus	Currysous	<< >>	<< >>	<< >>
	(1, 2, 4, 5, 9, 11)	(1, 2, 4, 5, 9)			
<b>Zetmeel 1</b>	Natuuraardappelen	Witte rijst	<< >>	Aardappelpuree	<< >>
		(1)		(4)	
<b>Warme groenten 1</b>	Appelmoes	Wortelschijfjes	<< >>	Tomatensalade	<< >>
		(4)		(1, 4, 5, 9)	