



www.energiq.be

Week van **1 oktober 2018** tot **5 oktober 2018**

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	Bloemkoolsoep	<< >>	Portugese soep	Knolseldersoep
	(1, 9)	(1, 9)		(1, 9)	(1, 2, 4, 9, 11)
<b>Eiwit 1</b>	Braadworst	Gemarineerde kipfilet	<< >>	Gentse waterzooi	Lasagne Bolognaise
	(1, 2, 4, 5, 11, 13)			(1, 2, 4, 5, 6, 9, 10, 11)	(1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13)
<b>Saus 1</b>	Vleessaus	Zigeunersaus	<< >>	<< >>	<< >>
	(1, 2, 4, 5, 9, 11)	(1, 4, 5)			
<b>Zetmeel 1</b>	Natuuraardappelen	Witte rijst	<< >>	Peterselieaardappelen	<< >>
		(1)			
<b>Warme groenten 1</b>	Appelmoes	Groene boontjes	<< >>	<< >>	<< >>
		(4)			



www.energiq.be

Week van **8 oktober 2018** tot **12 oktober 2018**

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	Courgettesoep	<< >>	Preisoep	Erwtensoep
	(9)	(1, 9)		(1, 9)	(1, 9)
<b>Eiwit 1</b>	Ardeense burger	Carbonara	<< >>	Schnitzel	Visburger
	(2, 4)	(1, 2, 4, 9, 11)		(1, 2, 4, 5, 11, 12, 13)	(2, 8, 13, 14)
<b>Saus 1</b>	Jagersaus		<< >>	Dragonsaus	Dillesaus
	(2, 4, 9, 11, 12)			(2)	(2, 4, 9, 13)
<b>Zetmeel 1</b>	Gebakken aardappelen	Penne	<< >>	Tex mex aardappelen	Wortelpuree
	(4)	(2, 7, 11)		(4, 9, 11)	(4)
<b>Warme groenten 1</b>	Warme peer		<< >>	Broccoli	<< >>
				(4)	



www.energiq.be

Week van **15 oktober 2018** tot **19 oktober 2018**

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	Kippensoep	<< >>	Vergeten groentensoep	Ajuinsoep
	(1, 9)	(1, 4, 5, 9)		(1, 9, 11)	(1, 9)
<b>Eiwit 1</b>	Kalkoensteak	Kaasburger	<< >>	Vol-au-vent	Koolvis delight
	(2, 4, 9, 11)	(2, 4)		(1, 2, 4, 9, 11)	(2, 4, 13)
<b>Saus 1</b>	Sinaasappelsaus	Ajuinsaus	<< >>	<< >>	Tartaar
		(2, 4)			(1, 5, 12)
<b>Zetmeel 1</b>	Witte rijst	Natuuraardappelen	<< >>	Gebakken aardappelen	Aardappelpuree
	(1)			(4)	(4)
<b>Warme groenten 1</b>	Boterboontjes	Rode kool	<< >>	Gemengde sla	Warme tomaat
	(4)	(1, 2, 4, 9)		(9)	



LEKKER VEEL ENERGIE

www.energiq.be

Week van **22 oktober 2018** tot **26 oktober 2018**

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>	Kervelsoep	Tomatensoep	<< >>	Currysoep	Paprikasoep
	(1, 9)	(1, 9)		(1, 2, 4, 5, 9)	(1, 9)
<b>Eiwit 1</b>	Boomstammetje	Kippenreepjes	<< >>	Gehaktballetjes	Ham- en kaassaus
	(2, 4)			(1, 2, 4, 5, 11, 13)	(1, 2, 4)
<b>Saus 1</b>	Honing-mosterdsaus	Zoetzure saus	<< >>	Tomatensaus	<< >>
	(2, 4, 5, 9, 12)	(1, 2, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12)		(2, 4)	
<b>Zetmeel 1</b>	Natuur aardappelen	Rijstmix	<< >>	Aardappelpuree	Macaroni
		(1)		(4)	(2, 7, 11)
<b>Warme groenten 1</b>	Bloemkool mornay	Ananas	<< >>	Broccoli	<< >>
	(1, 4, 9)			(4)	