

		MENU		AANTEKENINGEN	
ONTBIJT	Maandag	Gebakken eieren, tomaat, komkommer en alfalfa		Drink wanneer je maar wilt van de zelfgemaakte bouillon	
	Dinsdag	Chiapudding met kokosmelk			
	Woensdag	Budwigpap			
	Donderdag	Zadencrackers met avocado			
	Vrijdag	Kokoscake			
	Zaterdag	Ei muffins			
	Zondag	Freestyle!		Bedenk zelf een candidaproof recept	
TUSSENDOORTJE		Selderij met humus peper en zout		Humus van Maza is veilig	
		Komkommer/tomaat			
		Kipfilet/ gekookt ei Schaaltje biogarde			
MIDDAGETEN	Maandag	Broccolisoop met zalm			
	Dinsdag	Courgettepasta			
	Woensdag	Spinazietaart			
	Donderdag	Spinazietaart van woensdag			
	Vrijdag	Bloemkool couscous met kurkuma en zwarte peper			
	Zaterdag	Grote salade en als toetje de kokoscake			
	Zondag	Freestyle!		Bedenk zelf een candidaproof recept	
TUSSENDOORTJE		Tomaatjes en komkommer			
		Kokoscake			
		Gekookt ei			
AVONDETEN	Maandag	Courgettepasta ook voor lunch di			
	Dinsdag	Groentestoepot			
	Woensdag	Bloemkoolcouscous			
	Donderdag	Kalkoenburgers met salade			
	Vrijdag	Spruiten met zalm			
	Zaterdag	Bloemkoolbodempizza			
	Zondag	Freestyle!			