

		MENU		AANTEKENINGEN	
ONTBIJT	Maandag	Zadencrackers met ei		<i>Drink wanneer je maar wilt de bouillon</i>	
	Dinsdag	Groene smoothie			
	Woensdag	Kokoscake			
	Donderdag	Gebakken ei			
	Vrijdag	Chiapudding			
	Zaterdag	Rijstwafels met roomboter en tahin en komkommer			
	Zondag	Freestyle!		<i>Bedenk zelf een candidaproof recept</i>	
TUSSENDOORTJE		Selderij/komkommer/tomaat met humus peper en zout			
		kokoscake			
		Kipfilet/ gekookt ei Schaaltje biogarde			
MIDDAGETEN	Maandag	Hartige pannenkoek			
	Dinsdag	Quinoasalade (van avond ervoor)			
	Woensdag	Tomatensoep			
	Donderdag	kikkererwtensalade			
	Vrijdag	nasisalade			
	Zaterdag	Omelet met anjeris			
	Zondag	Freestyle!		<i>Bedenk zelf een candidaproof recept</i>	
TUSSENDOORTJE		Tomaatjes			
		Komkommer			
		Gekookt ei			
AVONDETEN	Maandag	Quinoa met kip			
	Dinsdag	Makreel met sugar snaps en wortelen			
	Woensdag	Giersthalafels met avocado en tomatenrelish			
	Donderdag	Nasi			
	Vrijdag	Groentestoof			
	Zaterdag	Cannellini met broccoli en kabeljauw			
	Zondag	Freestyle!		<i>Bedenk zelf een candidaproof recept</i>	