

		MENU		AANTEKENINGEN	
ONTBIJT	Maandag	<i>Boekweitpannenkoeken met blauwe bessen</i>		<i>Drink wanneer je maar wilt de bouillon</i>	
	Dinsdag	<i>Rijstwafels, met roomboter, kipfilet en komkommer</i>			
	Woensdag	<i>Budwigpap</i>			
	Donderdag	<i>Havermout met noten</i>			
	Vrijdag	<i>kokoscake</i>		<i>Teff met noten, blauwe bessen, appel en noten</i>	
	Zaterdag	<i>Eimuffins</i>			
	Zondag	<i>Freestyle!</i>		<i>Bedenk zelf een candidaproof recept</i>	
TUSSENDOORTJE		<i>Selderij/komkommer/tomaat met humus peper en zout</i>			
		<i>Kokoscake, handje noten (gebrand ongezoeten)</i>			
		<i>Kipfilet/ gekookt ei Schaaltje biogarde of een granny Smith appel</i>			
MIDDAGETEN	Maandag	<i>Spinaziesmoothie met gember, komkommer en yoghurt met zadenrackers</i>			
	Dinsdag	<i>Courgettesoep</i>			
	Woensdag	<i>Omelet</i>			
	Donderdag	<i>Slawrap</i>			
	Vrijdag	<i>Salade van bietjes, linzen, walnoten en ei</i>			
	Zaterdag	<i>Yam Boterham, gluten en gistvrij</i>		<i>Te koop bij Deka en Yumbo</i>	
	Zondag	<i>Freestyle!</i>		<i>Bedenk zelf een candidaproof recept</i>	
TUSSENDOORTJE		<i>Tomaatjes blauwe bessen</i>			
		<i>Komkommer, Granny Smith</i>			
		<i>Gekookt ei, handje noten</i>			
AVONDETEN	Maandag	<i>Vis pakketje met quinoa</i>			
	Dinsdag	<i>Glutenvrije spaghetti</i>			
	Woensdag	<i>Cannelloni en bloemkool</i>			
	Donderdag	<i>Andijvie</i>			
	Vrijdag	<i>Taco's</i>			
	Zaterdag	<i>Maaltijdsoep tomatensoep</i>			
	Zondag	<i>Freestyle!</i>		<i>Bedenk zelf een candidaproof recept</i>	