

		MENU		AANTEKENINGEN	
ONTBIJT	Maandag	Teff met noten en blauwe bessen		Drink wanneer je maar wilt de bouillon	
	Dinsdag	Twee halve grapefruits en een Yam boterham met roomboter en notenpasta			
	Woensdag	Scrambled eggs met zalm			
	Donderdag	Budwigpap			
	Vrijdag	Boekweitpannenkoeken met blauwe bessen			
	Zaterdag	Appel uit de oven			
	Zondag	Freestyle!		Bedenk zelf een candidaproof recept	
TUSSENDOOR TJE		Selderij/komkommer/tomaat met humus peper en zout			
		Kokoscake, handje noten, Appeltchips, Granny Smith			
		Kipfilet/ gekookt ei Schaaltje biogarde			
MIDDAGETEN	Maandag	Omelet met spinazie of paksoi			
	Dinsdag	Pompoensoep met zelfgemaakte crackers			
	Woensdag	Boekweitpannenkoek met andijvie, alfalfa, mayo, tomaat komkommer			
	Donderdag	Yam boterham met geitenkaas			
	Vrijdag	Salade niçoise			
	Zaterdag	Boekweitpannenkoek met geitenkaas			
	Zondag	Freestyle!		Bedenk zelf een candidaproof recept	
TUSSENDO ORTJE		Tomaatjes blauwe bessen			
		Komkommer, Granny Smith			
		Gekookt ei, handje noten			
AVONDETEN	Maandag	Gevalde paprika's			
	Dinsdag	Boekweitspaghetti			
	Woensdag	Rijstsalade met avocado en kip			
	Donderdag	Kabeljauw met witlof			
	Vrijdag	zalmburgers			
	Zaterdag	Knapperige pizza			
	Zondag	Freestyle!		Bedenk zelf een candidaproof recept	