

Thuis nodig

In week 46 (13 november) aantal personen in uw huishouden



Menu 1: Volkoren pasta met makreel, tomaat, pecorino en veldsla

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers
Volkoren pasta (gr)	70	140	210	280
Olijfolie (el)	2	3	4	4
Extra vierge olijfolie (el)	1	2	3	4
Witte balsamicoazijn (el)	1	2	3	4
Honing (el)	1	2	3	4
Tablet Groentebouillon	½		1	

Menu 2: Kogelbiefstuk met broccoli, mango en rijst

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers
Zilvervliesrijst (gr)	70	140	210	280
Zonnebloemolie (el)	2	3	4	4
Witte wijnazijn (el)	1	2	2	3
Honing (el)	1	2	2	3
Sojasaus (el)	1	2	3	4
Tablet Groentebouillon	½		1	

Menu 3: Hollandse Ratatouille

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers
Olijfolie (el)	1	2	2	3
Bouillonblokjes klein (Maggie)	1	2	2	3