

Thuis nodig

In week 48 (27 november)

aantal personen in uw huishouden



Menu 1: Kabeljauwfilet met waspeen in yoghurtsaus en zilvervliesrijst

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers
Zilvervliesrijst (gr)	75	150	225	300
Roomboter (el)	2	3	4	4
Mosterd (tl)	½	1	1½	2
Tablet Groentebouillon	½		1	

Menu 2: Noedels met kip, broccoli en paprika

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers
Noedels (gr)	70	140	210	280
Zonnebloemolie (el)	2	3	4	4
Sojasaus (el)	1	2	3	4
Mango chutney (van Inproba gr)	50	100	150	200
Kippenbouillon (tablet)	½		1	

Menu 3: Krieltjessalade met sperziebonen, cherrytomaten en ei

(Extra vierge) olijfolie (el)	2	4	6	8
Witte basilicumazijn (el)	½	1	1½	2
Honing (el)	1	2	3	4
Mosterd (tl)	½	1	1½	2