

Thuisbenodigdheden

In week 23 (4 juni)

aantal personen in uw huishouden



Menu 1: Zeebaarsfilet en groenten uit de oven

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers
Olijfolie (el)	2	3	4	4
Viskruiden	naar eigen smaak			

Menu 2: Biefstuk met witte asperges

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers
Roomboter (el)	3	4	5	6
Olijfolie (el)	1	2	3	4

Menu 3: Volkoren pasta met gebakken groenten

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers
Volkoren pasta	70	140	210	280
Olijfolie (el)	1	2	3	4
Tablet groentebouillon	½		1	