



Menuboek zomer 2026

# Lekker Thuisbezorgd

DeZellingen



# Heerlijke maaltijden deze zomer geserveerd door **Lekker Thuisbezorgd De Zellingen**

In dit menuboek vindt u de maaltijden die deze zomer door maaltijdservice De Zellingen geserveerd worden. Onze maaltijden worden dagelijks in onze eigen keukens bereid met verse ingrediënten en seizoensgebonden, lokale producten.

Onze maaltijdservice is specifiek gericht op de doelgroep senioren, dus er wordt rekening gehouden met een specifieke bereidingswijze, consistenties en diëten, zoals extra zacht bereide maaltijden of een glutenvrij of lactosevrij dieet.



Met een dagelijkse uitgebreide keuze en de mogelijkheid om componenten uit te wisselen, is de keuze reuze!

U kunt bij ons dagelijks maar ook af en toe een maaltijd bestellen die wordt thuisbezorgd. U kunt de maaltijd ook (laten) ophalen op één van onze locaties of nuttigen in één van onze restaurants.

Uw bestelling kunt u zowel telefonisch als per e-mail aan ons doorgeven. Omdat wij werken met verse ingrediënten en seizoensgebonden, lokale producten, dient u uw bestelling wel minimaal 7 dagen van tevoren aan ons door te geven. In dit menuboek vindt u daarom de maaltijden voor 13 weken vanaf maandag 1 juni.

## Voedingsadministratie De Zellingen

Voor meer informatie of om een bestelling door te geven, kunt u contact opnemen met onze voedingsadministratie:

**Telefoon:** 088 - 206 90 86 (09.00 - 12.00 uur)

**E-mail:** [maaltijd@zellingen.nl](mailto:maaltijd@zellingen.nl)

## Inhoudsopgave

Kwaliteit voorop	2
De keuze is reuze!	2
Ook zachte maaltijden	2
Bezorgen of ophalen	3
Een maaltijd bestellen	3
Kosten en facturering	3
<b>Menukaart zomereditie</b>	<b>5</b>
Korte verklaring van de gerechten	19

## Kwaliteit voorop

**Gezonde voeding voor ouderen krijgt steeds meer aandacht. En logisch, want volwaardige en gevarieerde voeding helpt welvaartsziekten en ouderdomskwalen tegen te gaan.**

Gezonde voeding houdt u fit en sterk, wat weer ten goede komt aan uw afweersysteem. Lekker thuisbezorgd De Zellingen biedt daarom kwalitatief hoogstaande voeding die bij u thuis wordt bezorgd.

De doelgroep senioren vraagt om specifieke bereidingswijzen, consistenties en diëten, maar er zijn meer redenen om te kiezen voor een maaltijd van maaltijdservice De Zellingen:

- Onze maaltijden worden dagelijks vers bereid in onze eigen keukens;
- We gebruiken seizoensgebonden ingrediënten en producten uit de regio;
- We voegen geen smaakstoffen, kleurstoffen, conserveringsmiddelen of voedingszuren toe;
- U heeft dagelijks ruime keuze uit vijf menu's met uitwisselbare componenten en een extra uitwisselbare zetmeelcomponent;
- We kunnen rekening houden met dieetwensen en allergieën. Kijk voor een allergenen overzicht verderop in deze brochure;
- Alle maaltijden kunnen worden opgewarmd in de magnetron.

Kortom, met een maaltijd van "Lekker thuisbezorgd" kiest u voor gemak én kwaliteit!

## De keuze is reuze!

**Elk seizoen heeft een menucyclus van 13 weken waarin specifieke seizoensgerechten zijn opgenomen. Seizoensproducten zijn namelijk niet alleen lekker, maar door de lokale teelt ook beter voor het milieu.**

U heeft dagelijks ruime keuze uit vijf menu's met uitwisselbare componenten, met uitzondering van de complete schotel.

- **Hollandse menu**  
Twee toegankelijke en voor velen zeer herkenbare menu's; Hollandse pot gegarandeerd!
- **Indisch menu**  
Heerlijke gerechten naar originele Indische en Chinese receptuur.
- **Vegetarisch menu**  
Menu waarin het vlees vervangen is voor o.a. plantaardige producten, ei en/of zuivelproducten.
- **Complete schotel**  
Samengestelde schotel die als complete maaltijd gekozen en geserveerd wordt. Ook buitenlandse gerechten worden hier als keuze gepresenteerd.
- **Zacht menu**  
Twee menu's met zachter bereide componenten voor mensen met kauw-/slikproblemen

Daarnaast kunt u elke dag kiezen uit de zetmeelcomponenten gekookte aardappelen, aardappelpuree en witte rijst, ook als deze niet in de oorspronkelijke menu's staan.

U ziet, bij "Lekker thuisbezorgd" kunt u altijd met volle tevredenheid genieten van een door u gekozen en eventueel zelf samengestelde maaltijd!

## Kauw- of slikproblemen?

**Kies dan voor een zachte maaltijd waarvan vlees, groente en zetmeelcomponent zachter worden bereid of hardere ingrediënten, zoals spekjes in een stampot, worden wegelaten.**

Elke dag kunt u kiezen uit twee zachte maaltijden, dus ook als u kauw- of slikproblemen heeft valt er voldoende te kiezen!



## Bezorgen of ophalen?

Uw maaltijd wordt, afhankelijk of u deze warm of koelvers wilt ontvangen, tussen 12.00 en 14.00 uur bij u thuis bezorgd. Onze voedingsadministratie zal dit specifieker met u afstemmen.

Het is ook mogelijk om uw maaltijd op te halen op één van onze locaties:

- **Rijckehove**  
Tsjaikovskistraat 1  
2901 HM Capelle aan den IJssel
- **Crimpenersteyn**  
Zandrak 66  
2924 BC Krimpen aan den IJssel
- **De Meander**  
Boslaan 1  
2912 PA Nieuwerkerk aan den IJssel

Helaas kunnen we momenteel geen maaltijden in het weekend (groen) en tijdens feestdagen (blauw) bezorgen. U kunt uw maaltijden dan natuurlijk wel (laten) afhalen bij één van onze restaurants.

### Opwarmen van uw maaltijd

U kunt de maaltijd opwarmen in een magnetron. Wij adviseren hierbij om de maaltijdcomponenten uit de verpakking te halen, op een bord te leggen en met een magnetrondeksel in de magnetron te plaatsen.

## Een maaltijd bestellen

Omdat we onze maaltijden bereiden met verse ingrediënten, dient u uw bestellingen minimaal 7 dagen van tevoren telefonisch of per e-mail aan onze voedingsadministratie door te geven.

Ook voor informatie of nader overleg met betrekking tot dieetwensen of allergieën kunt u contact opnemen met onze voedingsadministratie.

**Telefoon:** 088 - 206 90 86 (09.00 - 12.00 uur)

**E-mail:** [maaltijd@zellingen.nl](mailto:maaltijd@zellingen.nl)

## Kosten en facturering

Een warme maaltijd laten bezorgen kost € 8,40  
Een koude maaltijd laten bezorgen of zelf ophalen kost € 7,80.

Mogelijk heeft u recht op een bijdrage vanuit de Wmo.

Onze clientservice kan met u nagaan of u hiervoor een indicatie kunt aanvragen. Bel hiervoor met 088-2069090 of mail naar [clientservice@zellingen.nl](mailto:clientservice@zellingen.nl)

De facturering van de door u afgenomen maaltijd(en) geschiedt maandelijks achteraf. Hiervoor ontvangt u een factuur die wij bij voorkeur innen middels automatische incasso.





# Zomermenu

Verse zomerse maaltijden  
van maaltijdservice  
De Zellingen

	Hollands menu 1	Hollands menu 2	Complete schotel	Indisch menu	Vegetarisch menu	Zacht menu 1	Zacht menu 2
<b>Menu 92</b> Maandag 01 juni	<b>Slavink met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof a la creme gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gestoofde vis met bearnaisesaus</b> gluten, mosterd, vis Sperziebonen Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Shepherd's pie met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Komkommersalade mosterd	<b>Foe young hai</b> ei, gluten, melk, selderij Zoetzure saus gluten, selderij, soja Rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Foe young hai</b> ei, gluten, melk, selderij Zoetzure saus gluten, selderij, soja Rijst	<b>Shepherd's pie met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, sulfiet, vis Komkommersalade mosterd	<b>Gestoofde vis met bearnaisesaus</b> gluten, mosterd, vis Sperziebonen Aardappelpuree melk, sulfiet
<b>Menu 93</b> Dinsdag 02 juni	<b>Sucadelapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gestoofde prei gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Braadworst met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Penne met kip, champignons en kerriesaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Tomatensalade mosterd	<b>Babi tomat selderij</b> Sajoerboontjes gluten, selderij, soja Rijst Atjar tjampoer	<b>Penne met tempeh, champignons en kerrie</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Tomatensalade mosterd	<b>Sucadelapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gestoofde prei gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Penne met kip, champignons en kerriesaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, vis Tomatensalade mosterd
<b>Menu 94</b> Woensdag 03 juni	<b>Kipdijschnitzel met kerrieaus</b> gluten, melk, selderij, vis Snijbonen Gebakken aardappelen	<b>Hamburger ui en braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spitskool met kerrie en appel gluten, melk, mosterd, selderij Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer	<b>Hamburger ui en braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spitskool met kerrie en appel gluten, melk, mosterd, selderij Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiet
<b>Menu 95</b> Donderdag 04 juni	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes met ui gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Postelein gluten, melk Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Stamppot rauwe andijvie</b> gluten, melk, mosterd, sulfiet Huisgemaakte gehaktbal met braadjus ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis	<b>Kiptartaar kerriesaus</b> gluten, selderij Kouseband Wilde rijst	<b>Roerei kaas met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk, selderij Postelein gluten, melk Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Postelein gluten, melk Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet
<b>Menu 96</b> Vrijdag 05 juni	<b>Gebakken vis met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk, vis Worteltjes en doperwten Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Hamlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bloemkool met bechamelsaus gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipshoarma met knoflooksaus</b> ei, mosterd, selderij, soja Wittekoosalade a la Melanie ei, melk, mosterd, soja, sulfiet Gebakken aardappelen	<b>Rendang</b> selderij, soja Spitskool kerrie gluten, melk, mosterd, selderij Rijst	<b>Groenteburger met botersaus</b> ei, gluten, melk Worteltjes en doperwten Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Gebakken vis met chornsau</b> ei, gluten, vis Worteltjes Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Hamlapje met braadjus melk</b> , gluten, selderij, soja, vis Bloemkool met bechamelsaus gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet
<b>Menu 97</b> Zaterdag 06 juni	<b>Kipburger met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, vis Boterbonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Lamslapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool gluten, melk Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Babi pangang met zoetzure saus</b> gluten, selderij, soja Atjar tjampoer Mie ei, gluten Kroepoek schaaldieren, selderij	<b>Babi pangang met zoetzure saus</b> gluten, selderij, soja Atjar tjampoer Mie ei, gluten Kroepoek schaaldieren, selderij	<b>Gevulde courgette met kerriesaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij Chinesekool gluten, melk Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Kipburger met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, vis Boterbonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Lamslapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool gluten, melk Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet
<b>Menu 98</b> Zondag 07 juni	<b>Varkensriblapje met braadjus</b> gluten, selderij, vis Broccoli Aardappelkroketten ei, gluten	<b>Kalkoendijsteak met stroganoffsau</b> gluten, melk, selderij, vis Franse spersiebonen	<b>Pannenkoeken</b> ei, gluten, melk	<b>Gado Gado met pindasaus</b> gluten, melk, pinda, soja, selderij Gekookt ei ei Rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Omelet tomaat/bieslook en botersaus</b> ei, gluten, melk Broccoli Aardappelkroketten ei, gluten	<b>Varkensriblapje met braadjus</b> gluten, selderij, vis Broccoli Aardappelkroketten ei, gluten	<b>Kalkoendijsteak met stroganoffsau</b> gluten, melk, selderij, vis Franse spersiebonen Aardappelpuree melk, sulfiet

Week 2

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
Menu 99 Maandag 08 juni	<b>Kipfilet met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof met ham en kaas gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gehaktrolletje met braadjus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Lasagne</b> gluten, melk, selderij, vis Komkommersalade mosterd	<b>Sambal goreng babi</b> gluten, schaaldieren, soja Roerbakgroenten Witte rijst	<b>Lasagne</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Kipfilet met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof met ham en kaas gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gehaktrolletje met braadjus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 100 Dinsdag 09 juni	<b>Varkensblinde vink met braadjus</b> gluten, mosterd, selderij, soja, vis Doperwt en ui Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gevulde paprika met paprikasaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Gewokte witte kool Gebakken aardappelen sulfiet	<b>Macaroni met ham en geraspte kaas</b> ei, gluten, selderij, vis Franse salade mosterd	<b>Tjap tjoy met kip</b> gluten, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer Rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Gevulde paprika tahoe, ui met paprikasaus</b> gluten, melk, selderij, soja, vis Gewokte witte kool Gebakken aardappelen	<b>Macaroni met ham en geraspte kaas</b> ei, gluten, selderij, vis Franse salade mosterd	<b>Gevulde paprika met paprikasaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Gewokte witte kool Gebakken aardappelen
Menu 101 Woensdag 10 juni	<b>Omelet kaas met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk Worteltjes Gebakken aardappelen sulfiet	<b>Varkensragout</b> gluten, melk, selderij, vis Rode kool Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Paella</b> ei, schaaldieren, selderij Tomatensalade mosterd	<b>Kip in pindasaus</b> gluten, melk, pinda, selderij, soja Gewokte spitskool Gebakken rijst	<b>Omelet kaas met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk Worteltjes Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Omelet kaas met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk Worteltjes Gebakken aardappelen	<b>Varkensragout</b> gluten, melk, selderij, vis Rode kool Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 102 Donderdag 11 juni	<b>Kipdijschnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Slavink met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witte bonen in tomatensaus gluten Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Gebakken mosselen</b> schaaldieren, selderij Mayonaise ei, mosterd, soja, Gebakken krieltjes Icebergsla ei	<b>Babi ketjap</b> gluten, selderij, soja Paksoi melk Gebakken rijst	<b>Hamburger met stroganoffsaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipdijschnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Veg.hamburger met stroganoffsaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Worteltjes met peterselie Gekookte aardappelen sulfiet
Menu 103 Vrijdag 12 juni	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Tuinbonen spek en ui Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Lekkerbekje met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk, Aardappelpuree vieslook melk, sulfiet	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasischotel met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bloemkool kaas melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Lekkerbekje met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk, Aardappelpuree met vieslook melk, sulfiet
Menu 104 Zaterdag 13 juni	<b>Runderlapje met rode wijnsaus</b> gluten, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Gemengde sla ei Aardappelpuree tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Stamppot stoofsla</b> gluten, melk, mosterd, sulfiet Speklapje met braadjus gluten, selderij, soja, vis	<b>Gegrilde hete kip met tomaat/chilisaus</b> gluten, melk, selderij Wokgroenten Gele rijst	<b>Schnitzel met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Gestooft prei gluten, melk Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Runderlapje met rode wijnsaus</b> gluten, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Stamppot stoofsla</b> gluten, melk, mosterd, sulfiet Speklapje met braadjus gluten, selderij, soja, vis
Menu 105 Zondag 14 juni	<b>Kippenpoot met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Rabarber Pommes Parisienne sulfiet	<b>Roomschnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof met ham en kaas gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Runderstoofschotel</b> gluten, selderij, vis Meiknolletjes melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Babi tomat</b> selderij Chineese boontjes Rijst	<b>Gevulde courgette met botersaus</b> ei, gluten, melk Rabarber Pommes parisienne sulfiet	<b>Runderstoofschotel</b> gluten, selderij, vis Meiknolletjes melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Roomschnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof met ham en kaas gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet

Week 3

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
Menu 106 Maandag 15 juni	<b>Varkensrollade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Snijbonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipburger met zigeunersaus</b> gluten, selderij Broccoli Aardappelgratin met ham en ui ei, melk	<b>Hachee</b> gluten, mosterd, selderij Rode kool Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Foe young hai</b> ei, melk, seldeij Rijst	<b>Braadworst met botersaus</b> ei, gluten, selderij Broccoli Aardappelgratin ei, melk	<b>Hachee</b> gluten, mosterd, selderij Rode kool Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipburger met zigeunersaus</b> gluten, selderij Broccoli Aardappelgratin met ham en ui ei, melk
Menu 107 Dinsdag 16 juni	<b>Paprikaschnitzel met paprikasaus</b> gluten, selderij, soja, vis Tuinbonen Aardappelpreitaart ei, gluten, melk	<b>Boerenamelet met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Venkel creme gluten, melk Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet	<b>Kipkerrieragout</b> gluten, melk, mosterd, selderij, vis Doperwten Rijst	<b>Sambal goreng telor</b> ei, selderij, soja Gebakken snijboontjes Rijst	<b>Boerenamelet met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Venkel creme gluten, melk Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet	<b>Paprikaschnitzel met paprikasaus</b> gluten, selderij, soja, vis Sperziebonen Aardappelpreitaart ei, gluten, melk	<b>Boerenamelet met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Venkel creme gluten, melk Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet
Menu 108 Woensdag 17 juni	<b>Kipsaucijs met braadjus</b> gluten, selderij, vis Bietjes met ui gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Visragout</b> gluten, melk, selderij, vis Spinazie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Dubrovnik stoofschotel</b> selderij, sulfiet IJsbergsla met ei ei Aardappelbolletjes	<b>Babi tomat</b> selderij Andijvie gluten, melk Rijst	<b>Champignonburger met paprikasaus</b> gluten, melk, soja, vis Spinazie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipsaucijs met braadjus</b> gluten, selderij, vis Bietjes gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Visragout</b> gluten, melk, selderij, vis Spinazie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 109 Donderdag 18 juni	<b>Kip cordon blue met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Bloemkool Aardappelkroketjes ei, gluten	<b>Hamburger met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Postelein melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Kip cordon blue met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Bloemkool Aardappelkroketjes ei, gluten	<b>Hamburger met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Postelein melk Gekookte aardappelen sulfiet
Menu 110 Vrijdag 19 juni	<b>Kibbeling met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Parijse worteltjes Gebakken aardappelen	<b>Bretons gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Rode kool Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Stamppot stoofsla</b> gluten, melk, mosterd, sulfiet Speklapje met braadjus gluten, selderij, soja, vis	<b>Empal pedis</b> gluten, selderij, soja Sawi schaaldieren Mihoen gluten	<b>Groente-ragout</b> gluten, melk Parijse worteltjes Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Kibbeling met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Parijse worteltjes Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Bretons gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Rode kool Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet
Menu 111 Zaterdag 20 juni	<b>Sucadelapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Gemengde sla met ei ei Aardappelpuree met tuinkruiden melk	<b>Spaanse gehaktballetjes in tomatensaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Gestoofde tomaat, ui, paprika en aubergine Gebakken aardappelen	<b>Sambal goreng tahu tempeh</b> gluten, soja Terong Rijst	<b>Groenteburger met botersaus</b> ei, gluten, melk Gemengde sla ei Aardappelpuree met tuinkruiden ei, melk, sulfiet	<b>Sucadelapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Spaanse gehaktballetjes in tomatensaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Gestoofde tomaat, ui, paprika en aubergine Gebakken aardappelen
Menu 112 Zondag 21 juni	<b>Varkensschnitzel met champignonsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Witlof met ham en kaas gluten, melk Gebakken aardappelen	<b>Kalkoenfilet met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Ratatouille Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Boeuf bourguignon</b> gluten, selderij Sperziebonen Krieltjes met boter en peterselie melk, sulfiet	<b>Frikadel sapi met pindasaus</b> gluten, pinda, selderij, soja Gewokte snijboontjes schaaldieren Mihoen	<b>Braadworst met champignonsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Witlof met kaas melk Gebakken aardappelen	<b>Varkensschnitzel met champignonsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Ratatouille Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Boeuf bourguignon</b> gluten, selderij Sperziebonen Krieltjes met boter en peterselie melk, sulfiet

Week 4

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
Menu 113 Maandag 22 juni	<b>Varkenssauce met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Sperziebonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Visragout</b> gluten, melk, selderij, vis Broccoli Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Mihoenschotel vegetarisch met pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja, Zoetzure komkommer	<b>Varkenssauce met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Sperziebonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Visragout</b> gluten, melk, selderij, vis Broccoli Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 114 Dinsdag 23 juni	<b>Kalkoenrollade met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Rabarber Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree melk	<b>Spaghetti met roomsaus, spinazie en geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Gegrilde hete kip met Piri-piri saus</b> gluten, melk, selderij Wokgroenten Mihoen gluten	<b>Gevulde courgette met tomatensaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Rabarber Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Spaghetti met roomsaus, spinazie en geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 115 Woensdag 24 juni	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Worteltjes en doperwtten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Rundergehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, mais, melk, mosterd, selderij, soja, vis Snijbonen Aardappelpuree vieslook melk, sulfiet	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, soja, selderij, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer	<b>Rundergehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, mais, melk, mosterd, selderij, soja, vis Snijbonen Aardappelpuree vieslook melk, sulfiet
Menu 116 Donderdag 25 juni	<b>Kipkarbonade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spiskool met rozijnen gluten, melk, sulfiet Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Indiase groentecurry</b> melk Rijst	<b>Stamppot rauwe andijvie</b> gluten, melk, mosterd, soja, sulfiet Gepaneerde speklap met braadjus ei, gluten, selderij, soja, vis	<b>Frikadel sapi met pindasaus</b> gluten, pinda, selderij, soja Gewokte spitskool Mihoen gluten	<b>Indiase groentecurry</b> melk Rijst	<b>Frikadel sapi met pindasaus</b> gluten, pinda, selderij, soja Gewokte spitskool Mihoen	<b>Indiase groentecurry</b> melk Rijst
Menu 117 Vrijdag 26 juni	<b>Gebakken vis met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Parijse worteltjes Gebakken aardappelen Komkommersalade mosterd	<b>Kipdijfilet met braadjus</b> gluten, selderij, vis Gestoofde witlof melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Hete bliksem</b> gluten, mosterd, sulfiet Varkenssauce met braadjus gluten, selderij, soja, vis Komkommersalade mosterd	<b>Babi pangang</b> selderij, soja Atjar tjampoer Mie ei, gluten Kroepoek schaaldieren, selderij	<b>Gebakken brie met botersaus</b> ei, gluten, melk Parijse worteltjes Gekookte aardappelen sulfiet Komkommersalade mosterd	<b>Gebakken vis met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Parijse worteltjes Gebakken aardappelen Komkommersalade mosterd	<b>Kipdijfilet met braadjus</b> gluten, selderij, vis Gestoofde witlof melk Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 118 Zaterdag 27 juni	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes met ui gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Duitse biefstuk met ui en braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gemengde sla met ei ei Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Macaroni met ham en geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Franse salade mosterd	<b>Foe young hai</b> ei, melk, selderij Rijst	<b>Macaronischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Franse salade mosterd	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Macaroni met ham en geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Franse salade mosterd
Menu 119 Zondag 28 juni	<b>Kippenpoot met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis <b>Bonne femme</b> sulfiet	<b>Omelet kaas met roomsaus</b> ei, gluten, melk Spinazie met ei ei, gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Penne carbonara</b> ei, gluten, melk, vis Tomatensalade mosterd	<b>Koe loe yuk met zoetzure saus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Wokgroenten Witte rijst	<b>Omelet kaas met roomsaus</b> ei, gluten, melk Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Penne carbonara</b> ei, gluten, melk, vis Tomatensalade mosterd	<b>Omelet kaas met roomsaus</b> ei, gluten, melk Spinazie met ei ei, gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet

Week 5

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
Menu 120 Maandag 29 juni	<b>Toscaans rundvlees met braadjus</b> gluten, melk, selderij Broccoli Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipvink met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Snijbonen Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Babi ketjap</b> gluten, selderij, soja Sajoer boontjes gluten, selderij, soja Gebakken rijst	<b>Babi ketjap</b> gluten, selderij, soja Sajoer boontjes gluten, selderij, soja Gebakken rijst	<b>Gevulde flensje met tuinkruidensaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Snijbonen Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Toscaans rundvlees met braadjus</b> gluten, melk, selderij Broccoli Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipvink met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Snijbonen Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 121 Dinsdag 30 juni	<b>Kipschnitzel met pepersaus</b> gluten, melk, selderij, soja <b>braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Noordzee kibbeling met cocktailsaus</b> ei, gluten, mosterd, selderij, soja, vis Gemengde sla met ei ei Gebakken aardappelen	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasischotel met gebakken banaan</b> ei, gluten, melk, soja Pindasaus gluten, pinda, selderij, soja Zoetzure komkommer	<b>Kipschnitzel met pepersaus</b> gluten, melk, selderij, soja <b>braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Noordzee kibbeling met cocktailsaus</b> ei, gluten, mosterd, selderij, soja, vis Gemengde sla met ei ei Gebakken aardappelen
Menu 122 Woensdag 01 juli	<b>Jachtschotel</b> (varken) gluten, melk, selderij Rode kool met appel Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Kipburger met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, vis Bloemkool bechamelsaus gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Verse frites met mayonaise</b> ei, mosterd, soja, sulfiet Kroket gluten, soja Koude huisgemaakte appelmoes	<b>Boemboe Bali</b> gluten, selderij, soja Gewokte snijboontjes Mihoen gluten	<b>Jachtschotel tempheh</b> gluten, melk, mosterd, selderij, soja Rode kool met appel Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Boemboe Bali</b> gluten, selderij, soja Gewokte snijboontjes Mihoen gluten	<b>Kipburger met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, vis Bloemkool bechamelsaus gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet
Menu 123 Donderdag 02 juli	<b>Rundersteak met champignonsaus</b> gluten, melk, selderij Witte bonen in tomatensaus gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Slavink met braadjus</b> gluten, mosterd, selderij, soja Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiet	<b>Kerrieragout</b> gluten, melk, mosterd, selderij, vis Doperwten Rijst	<b>Kip bombay</b> mosterd, selderij Gewokte witte kool Rijst	<b>Omelet naturel met botersaus</b> ei, gluten, melk Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet	<b>Rundersteak met champignonsaus</b> gluten, melk, selderij Witte bonen in tomatensaus gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Slavink met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiet
Menu 124 Vrijdag 03 juli	<b>Gestoofde vis met Hollandaisesaus</b> gluten, vis Parijse worteltjes Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Chili con carne</b> selderij Aardappelpuree melk, sulfiet Komkommersalade mosterd	<b>Foe yong hai</b> ei, melk, selderij Rijst	<b>Gebakkan brie met botersaus</b> ei, gluten, melk Parijse worteltjes Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Gestoofde vis met Hollandaisesaus</b> gluten, vis Parijse worteltjes Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 125 Zaterdag 04 juli	<b>Varkenshamlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gestoofde prei gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipcordon bleu met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Prinsessenmelange Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer	<b>Varkenshamlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gestoofde prei melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer
Menu 126 Zondag 05 juli	<b>Kalkoenrollade met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Wilt of a la creme melk Parijse aardappeltjes	<b>Gehaktbrood met ei en braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Snijbonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Spaghettischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Rendang</b> selderij, soja Gefruite groene kool met ei ei Gebakken rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Gehaktballetjes met tomatensaus</b> ei, gluten, melk, soja Snijbonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kalkoenrollade met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Wilt of a la creme melk Parijse aardappeltjes	<b>Gehaktbrood met ei en braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Snijbonen Gekookte aardappelen sulfiet

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
<b>Menu 127</b> Maandag 06 juli	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gemengde sla ei Aardappelgratin ei, melk	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet	<b>Zoete kip met ananas selderij</b> Sambal goreng boontjes gluten, soja Gebakken rijst	<b>Zoete kip met ananas selderij</b> Sambal goreng boontjes gluten, soja Gebakken rijst	<b>Braadworst met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Gemengde sla ei Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gemengde sla ei Aardappelgratin ei, melk	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet
<b>Menu 128</b> Dinsdag 07 juli	<b>Kipvink met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Rodekool met appel Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gebakken vis met mosterdmayonaise</b> ei, gluten, mosterd, soja,, vis Gele worteltjes Pommes wedges	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier,selderij	<b>Bami met omeletreepjes en p;indasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier,selderij	<b>Bami met omeletreepjes en p;indasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Zoetzure komkommer	<b>Bami met omeletreepjes en p;indasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier,selderij	<b>Gebakken vis met mosterdmayonaise</b> ei, gluten, mosterd, soja,, vis Gele worteltjes Pommes wedges
<b>Menu 129</b> Woensdag 08 juli	<b>Kipcarbonade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie g;uten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Boomstammetje met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Bloemkool met kaassaus gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet	<b>Gebakken mosselen met koude remouladesaus</b> ei, mosterd, schaaldieren, selderij, soja Gebakken aardappelen IJsbergsla ei	<b>Ikan ketjap manis</b> gluten, soja, vis Paksoi melk Rijst	<b>Gevulde courgette met botersaus</b> ei, gluten, melk Andijvie g;uten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipcarbonade</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Boomstammetje met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Bloemkool met kaassaus gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet
<b>Menu 130</b> Donderdag 09 juli	<b>Goulash (varken)</b> melk, selderij Doperwten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Hamburger met braadjus</b> gluten, mosterd, selderij, soja, vis Zeeuwse uien Aardappelpuree melk,sulfiet	<b>Spaanse gehaktballetjes tomatensaus</b> ei, gluten,melk, mosterd, selderij, soja, vis Gestoofde tomaat,ui,paprika en aubergine Pilav rijst	<b>Sambal goreng tahu tempeh</b> gluten, soja Terong Rijst	<b>Goulash tahoe</b> melk, selderij Doperwten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Spaanse gehaktballetjes tomatensaus</b> ei, gluten,melk, mosterd, selderij, soja, vis Gestoofde tomaat,ui, paprika en aubergine Pilav rijst	<b>Hamburger met braadjus</b> gluten, mosterd, selderij, soja, vis Zeeuwse uien Aardappelpuree melk,sulfiet
<b>Menu 131</b> Vrijdag 10 juli	<b>Varkensschnitzel met champignonroomsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Worteltjes en peultjes Gebakken Parijse Aardappeltjes sulfiet	<b>Kipsaucijs met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Boeuf bourguignon</b> gluten, selderij Sperziebonen Aardappelpuree sulfiet	<b>Javaanse kip kok Anette kerriesaus</b> ei, gluten, selderij, soja Wokgroenten Chinese Mie ei, gluten	<b>Schnitzel met roomsaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Worteltjes en peultjes Gebakken Parijse aardappeltjes sulfiet	<b>Varkensschnitzel met champignonroomsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Worteltjes en peultjes Gebakken Parijse aardappelen	<b>Boeuf bourguignon</b> gluten, selderij Sperziebonen Aardappelpuree
<b>Menu 132</b> Zaterdag 11 juli	<b>Varkensblinde vink met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Broccoli Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Roerei met kaas en botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Spinazie gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet	<b>Macaronischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomaat/komkommersalade mosterd	<b>Empal pedis</b> gluten, selderij, soja Sawi schaaldieren Mihoen gluten	<b>Macaronischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomaat/komkommersalade mosterd	<b>Macaronischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomaat/komkommersalade mosterd	<b>Roerei met kaas en botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Spinazie gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet
<b>Menu 133</b> Zondag 12 juli	<b>Varkensfiletrollade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Wittekool kerriesaus gluten, melk, mosterd, selderij Gebakken aardappelen	<b>Tartaar a la Russe met paprikasaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Maaltijdsalade nicoise</b> ei, gluten, mosterd, selderij, vis Stokbrood gluten	<b>Koe loe yuk</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Atjar tjampoer Rijst	<b>Hamburger met ui en paprikasaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Varkensfiletrollade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witte kool kerriesaus gluten, melk, mosterd, selderij Gebakken aardappelen	<b>Tartaar a la Russe met paprikasaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
<b>Menu 134</b> Maandag 13 juli	<b>Procureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Boterboontjes Gekookte aardappelen sulfiët	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Bloemkool met bechamelsaus gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiët	<b>Limburgs stoofvlees</b> gluten, selderij Rode kool Gekookte aardappelen sulfiët	<b>Foe yong hai</b> ei, melk, selderij Rijst	<b>Haverhoutkoekjes met botersaus</b> gluten, melk, noten, sulfiët Boterboontjes Gekookte aardappelen Sulfiët	<b>Limburgs stoofvlees</b> gluten, selderij Rode kool Gekookte aardappelen Sulfiët	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Bloemkool met bechamelsaus gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiët
<b>Menu 135</b> Dinsdag 14 juli	<b>Hawaiburger met braadjus</b> gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiët	<b>Gestooft vis met mosterdsaus</b> gluten, mosterd, selderij, vis Worteltjes Aardappelpuree melk, sulfiët	<b>Paella</b> ei, schaaldieren, selderij IJsbergsalade ei	<b>Sapi tjampoer Malang</b> gluten, schaaldieren, selderij, soja Paksoi melk Rijst	<b>Paella vegetarisch</b> ei, selderij IJsbergsalade ei	<b>Paella</b> ei, schaaldieren, selderij IJsbergsalade met ei ei	<b>Gestooft vis met mosterdsaus</b> gluten, mosterd, selderij, vis Worteltjes Aardappelpuree melk, sulfiët
<b>Menu 136</b> Woensdag 15 juli	<b>Room schnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Snijbonen Gebakken aardappelen sulfiët	<b>Duitse biefstuk met ui en met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiët	<b>Kipshoarma met knoflooksaus</b> ei, mosterd, selderij, soja Koolsalade met appel, ui en rozijnen sulfiët Gebakken aardappelen	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Room schnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Snijbonen Gekookte aardappelen Sulfiët	<b>Duitse biefstuk met ui en met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiët
<b>Menu 137</b> Donderdag 16 juli	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes met ui gluten Gekookte aardappelen sulfiët	<b>Kipcordon bleu met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Gemengde sla ei Aardappelpuree bieslook melk, sulfiët	<b>Chili con carne</b> selderij Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiët	<b>Javaanse kip van kok Anette</b> ei, gluten, selderij, soja Tjap Tjoy groenten gluten, selderij, soja Mihoen gluten	<b>Roerei met kaas en botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Gemengde sla ei Aardappelpuree melk, sulfiët	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, vis Bietjes gluten Gekookte aardappelen sulfiët	<b>Chili con carne</b> selderij Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiët
<b>Menu 138</b> Vrijdag 17 juli	<b>Gebakken vis met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Worteltjes en doperwten Aardappelpuree melk, sulfiët	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bloemkool met kerriesaus gluten, melk, mosterd, selderij Gekookte aardappelen sulfiët	<b>Babi pangang</b> selderij, soja Atjar tjampoer Mie ei, gluten Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Babi pangang</b> selderij, soja Atjar tjampoer Mie ei, gluten Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Groenteburger met choronsaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Wortelen en doperwten Aardappelpuree melk, sulfiët	<b>Gebakken vis met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Worteltjes en doperwten Aardappelpuree melk, sulfiët	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bloemkool met kerriesaus gluten, melk, mosterd, selderij Gekookte aardappelen sulfiët
<b>Menu 139</b> Zaterdag 18 juli	<b>Procureurrolade met rode wijnsaus</b> gluten, melk, selderij, vis Prinsessenmelange Gekookte aardappelen sulfiët	<b>Gehaktbrood amandelen braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, noten, pinda, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Aardappelpuree tuinkruiden melk, sulfiët	<b>Tjap tjoy</b> gluten, selderij, soja Rijst Kroepoek schaaldier, selderij Zoetzure komkommer	<b>Tjap tjoy</b> gluten, selderij, soja Rijst Kroepoek schaaldier, selderij Zoetzure komkommer	<b>Gebakken brie met botersaus</b> ei, gluten, melk Prinsessenmelange Gekookte aardappelen Sulfiët	<b>Procureurrolade met rode wijnsaus</b> gluten, melk, selderij, vis Prinsessenmelange Gekookte aardappelen sulfiët	<b>Tjap tjoy</b> gluten, selderij, soja Rijst Zoetzure komkommer
<b>Menu 140</b> Zondag 19 juli	<b>Varkenshaas met champignonsaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Broccoli Aardappelkroketjes gluten	<b>Kalkoendijfilet met stroganoffsaus</b> gluten, melk, selderij, vis Sperziebonen Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiët	<b>Lasagne met geraspte kaas</b> gluten, melk, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Gado Gado</b> ei, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja Gebakken rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Gevulde paprika tahoe</b> gluten, soja Franse sperziebonen Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiët	<b>Lasagne met geraspte kaas</b> gluten, melk, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Kalkoendijfilet met stroganoffsaus</b> gluten, melk, selderij, vis Sperziebonen Aardappelpuree met tuinkruiden mel, sulfiët

Week 8

	Hollands menu 1	Hollands menu 2	Complete schotel	Indisch menu	Vegetarisch menu	Zacht menu 1	Zacht menu 2
Menu 141 Maandag 20 juli	<b>Slavink met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof a la creme gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gestoofde vis met bearnaisesaus</b> gluten, mosterd, vis Sperziebonen Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Shepherd's pie met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Komkommersalade mosterd	<b>Foe young hai</b> ei, gluten, melk, selderij Zoetzure saus gluten, selderij, soja Rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Foe young hai</b> ei, gluten, melk, selderij Zoetzure saus gluten, selderij, soja Rijst	<b>Shepherd's pie met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, sulfiet, vis Komkommersalade mosterd	<b>Gestoofde vis met bearnaisesaus</b> gluten, mosterd, vis Sperziebonen Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 142 Dinsdag 21 juli	<b>Sucadelapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gestoofde prei gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Braadworst met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Penne met kip, champignons en kerriesaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Tomatensalade mosterd	<b>Babi tomat</b> selderij Sajoerboontjes gluten, selderij, soja Rijst Atjar tjampoer	<b>Penne met tempeh, champignons en kerrie</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Tomatensalade mosterd	<b>Sucadelapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gestoofde prei gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Penne met kip, champignons en kerriesaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, vis Tomatensalade mosterd
Menu 143 Woensdag 22 juli	<b>Kipdijnschnitzel met kerriesaus</b> gluten, melk, selderij, vis Snijbonen Gebakken aardappelen	<b>Hamburger ui en braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spitskool met kerrie en appel gluten, melk, mosterd, selderij Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer	<b>Hamburger ui en braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spitskool met kerrie en appel gluten, melk, mosterd, selderij Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiet
Menu 144 Donderdag 23 juli	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes met ui gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Postelein gluten, melk Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Stampot rauwe andijvie</b> gluten, melk, mosterd, sulfiet Huisgemaakte gehaktbal met braadjus ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis	<b>Kiptartaar kerriesaus</b> gluten, selderij Kouseband Wilde rijst	<b>Roerei kaas met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk, selderij Postelein gluten, melk Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Postelein gluten, melk Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet
Menu 145 Vrijdag 24 juli	<b>Gebakken vis met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk, vis Worteltjes en doperwten Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Hamlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bloemkool met bechamelsaus gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipshoarma met knoflooksaus</b> ei, mosterd, selderij, soja Wittekoosalade a la Melanie ei, melk, mosterd, soja, sulfiet Gebakken aardappelen	<b>Rendang</b> selderij, soja Spitskool kerrie gluten, melk, mosterd, selderij Rijst	<b>Groenteburger met botersaus</b> ei, gluten, melk Worteltjes en doperwten Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Gebakken vis met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk, vis Worteltjes Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Hamlapje met braadjus melk</b> , gluten, selderij, soja, vis Bloemkool met bechamelsaus gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet
Menu 146 Zaterdag 25 juli	<b>Kipburger met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, vis Boterbonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Lamslapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool gluten, melk Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Babi pangang met zoetzure saus</b> gluten, selderij, soja Atjar tjampoer Mie ei, gluten Kroepoek schaaldieren, selderij	<b>Babi pangang met zoetzure saus</b> gluten, selderij, soja Atjar tjampoer Mie ei, gluten Kroepoek schaaldieren, selderij	<b>Gevulde courgette met kerriesaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij Chinesekool gluten, melk Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Kipburger met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, vis Boterbonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Lamslapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool gluten, melk Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet
Menu 147 Zondag 26 juli	<b>Varkensriblapje met braadjus</b> gluten, selderij, vis Broccoli Aardappelkroketten ei, gluten	<b>Kalkoendijsteak met stroganoffsaus</b> gluten, melk, selderij, vis Franse spersiebonen Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Pannenkoeken</b> ei, gluten, melk	<b>Gado Gado met pindasaus</b> gluten, melk, pinda, soja, selderij Gekookt ei ei Rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Omelet tomaat/bieslook en botersaus</b> ei, gluten, melk Broccoli Aardappelkroketten ei, gluten	<b>Varkensriblapje met braadjus</b> gluten, selderij, vis Broccoli Aardappelkroketten ei, gluten	<b>Kalkoendijsteak met stroganoffsaus</b> gluten, melk, selderij, vis Franse spersiebonen Aardappelpuree melk, sulfiet

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
<b>Menu 148</b> Maandag 27 juli	<b>Kipfilet met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof met ham en kaas gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gehaktrolletje met braadjus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Lasagne</b> gluten, melk, selderij, vis Komkommersalade mosterd	<b>Sambal goreng babi</b> gluten, schaaldieren, soja Roerbakgroenten Witte rijst	<b>Lasagne</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Kipfilet met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof met ham en kaas gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gehaktrolletje met braadjus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet
<b>Menu 149</b> Dinsdag 28 juli	<b>Varkensblinde vink met braadjus</b> gluten, mosterd, selderij, soja, vis Doperwten ham en ui Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gevulde paprika met paprikasaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Gewokte witte kool Gebakken aardappelen sulfiet	<b>Macaroni met ham en geraspte kaas</b> ei, gluten, selderij, vis Franse salade mosterd	<b>Tjap tjoy met kip</b> gluten, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer Rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Gevulde paprika tahoe, ui met paprikasaus</b> gluten, melk, selderij, soja, vis Gewokte witte kool Gebakken aardappelen	<b>Macaroni met ham en geraspte kaas</b> ei, gluten, selderij, vis Franse salade mosterd	<b>Gevulde paprika met paprikasaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Gewokte witte kool Gebakken aardappelen
<b>Menu 150</b> Woensdag 29 juli	<b>Omelet kaas met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk Worteltjes Gebakken aardappelen sulfiet	<b>Varkensragout</b> gluten, melk, selderij, vis Rode kool Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Paella</b> ei, schaaldieren, selderij Tomatensalade mosterd	<b>Kip in pindasaus</b> gluten, melk, pinda, selderij, soja Gewokte spitskool Gebakken rijst	<b>Omelet kaas met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk Worteltjes Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Omelet kaas met Hollandaisesaus</b> ei, gluten, melk Worteltjes Gebakken aardappelen	<b>Varkensragout</b> gluten, melk, selderij, vis Rode kool Aardappelpuree melk, sulfiet
<b>Menu 151</b> Donderdag 30 juli	<b>Kipdijschnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Slavink met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witte bonen in tomatensaus gluten Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Gebakken mosselen</b> schaaldieren, selderij Mayonaise ei, mosterd, soja, Gebakken krieltjes Icebergsla ei	<b>Babi ketjap</b> gluten, selderij, soja Paksoi melk Gebakken rijst	<b>Hamburger met stroganoffsau</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipdijschnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Veg.hamburger met stroganoffsau</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Worteltjes met peterselie Gekookte aardappelen sulfiet
<b>Menu 152</b> Vrijdag 31 juli	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Tuinbonen spek en ui Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Lekkerbekje met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree vieslook melk, sulfiet	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasischotel met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bloemkool kaas melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Lekkerbekje met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree met vieslook melk, sulfiet
<b>Menu 153</b> Zaterdag 01 augustus	<b>Runderlapje met rode wijnsaus</b> gluten, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Gemengde sla ei Aardappelpuree tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Stamppot stoofsla</b> gluten, melk, mosterd, sulfiet Speklapje met braadjus gluten, selderij, soja, vis	<b>Gegrilde hete kip met tomaat/chilisaus</b> gluten, melk, selderij Wokgroenten Gele rijst	<b>Schnitzel met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Gestoofde prei gluten, melk Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Runderlapje met rode wijnsaus</b> gluten, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Stamppot stoofsla</b> gluten, melk, mosterd, sulfiet Speklapje met braadjus gluten, selderij, soja, vis
<b>Menu 154</b> Zondag 02 augustus	<b>Kippenpoot met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Rabarber Pommes Parisienne sulfiet	<b>Roomschnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof met ham en kaas gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Runderstoofschotel</b> gluten, selderij, vis Meiknolletjes melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Babi tomat</b> selderij Chineese boontjes Rijst	<b>Gevulde courgette met botersaus</b> ei, gluten, melk Rabarber Pommes parisienne sulfiet	<b>Runderstoofschotel</b> gluten, selderij, vis Meiknolletjes melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Roomschnitzel met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witlof met ham en kaas gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
<b>Menu 155</b> Maandag 03 augustus	<b>Varkensrollade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Snijbonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipburger met zigeunersaus</b> gluten, selderij Broccoli Aardappelgratin met ham en ui ei, melk	<b>Hachee</b> gluten, mosterd, selderij Rode kool Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Foe young hai</b> ei, melk, seldeij Rijst	<b>Braadworst met botersaus</b> ei, gluten, selderij Broccoli Aardappelgratin ei, melk	<b>Hachee</b> gluten, mosterd, selderij Rode kool Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipburger met zigeunersaus</b> gluten, selderij Broccoli Aardappelgratin met ham en ui ei, melk
<b>Menu 156</b> Dinsdag 04 augustus	<b>Paprikaschnitzel met paprikasaus</b> gluten, selderij, soja, vis Tuinbonen Aardappelpreitaart ei, gluten, melk	<b>Boerenomelet met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Venkel creme gluten, melk Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet	<b>Kipkerrieragout</b> gluten, melk, mosterd, selderij, vis Doperwtten Rijst	<b>Sambal goreng telor</b> ei, selderij, soja Gebakken snijboontjes Rijst	<b>Boerenomelet met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Venkel creme gluten, melk Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet	<b>Paprikaschnitzel met paprikasaus</b> gluten, selderij, soja, vis Sperziebonen Aardappelpreitaart ei, gluten, melk	<b>Boerenomelet met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Venkel creme gluten, melk Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet
<b>Menu 157</b> Woensdag 05 augustus	<b>Kipsaucijs met braadjus</b> gluten, selderij, vis Bietjes met ui gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Visragout</b> gluten, melk, selderij, vis Spinazie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Dubrovnik stoofschotel</b> selderij, sulfiet IJsbegsla ei Aardappelbolletjes	<b>Babi tomat</b> selderij Andijvie gluten, melk Rijst	<b>Champignonburger met paprikasaus</b> gluten, melk, soja, vis Spinazie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipsaucijs met braadjus</b> gluten, selderij, vis Bietjes gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Visragout</b> gluten, melk, selderij, vis Spinazie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet
<b>Menu 158</b> Donderdag 06 augustus	<b>Kip cordon blue met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Bloemkool Aadappelkroketjes ei, gluten	<b>Hamburger met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Postelein melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Kip cordon blue met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Bloemkool Aadappelkroketjes ei, gluten	<b>Hamburger met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Postelein melk Gekookte aardappelen sulfiet
<b>Menu 159</b> Vrijdag 07 augustus	<b>Kibbeling met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Parijse worteltjes Gebakken aardappelen	<b>Bretons gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Rode kool Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Stamppot stoofsla</b> gluten, melk, mosterd, sulfiet Speklapje met braadjus gluten, selderij, soja, vis	<b>Empal pedis</b> gluten, selderij, soja Sawi schaaldieren Mihoen gluten	<b>Groente-ragout</b> gluten, melk Parijse worteltjes Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Kibbeling met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Parijse worteltjes Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Bretons gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk,, selderij, soja, vis Rode kool Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet
<b>Menu 160</b> Zaterdag 08 augustus	<b>Sucadelapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Gemengde sla met ei ei Aardappelpuree met tuinkruiden melk	<b>Spaanse gehaktballetjes in tomatensaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Gestoofde tomaat, ui, paprika en aubergine Gebakken aardappelen	<b>Sambal goreng tahu tempoh</b> gluten, soja Terong Rijst	<b>Groenteburger met botersaus</b> ei, gluten, melk Gemengde sla ei Aardappelpuree met tuinkruiden ei, melk, sulfiet	<b>Sucadelapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Spaanse gehaktballetjes in tomatensaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Gestoofde tomaat, ui, paprika en aubergine Gebakken aardappelen
<b>Menu 161</b> Zondag 09 augustus	<b>Varkensschnitzel met champignonsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Witlof met ham en kaas gluten, melk Gebakken aardappelen	<b>Kalkoenfilet met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Ratatouille Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Boeuf bourguignon</b> gluten, selderij Sperziebonen Krieltjes met boter en peterselie melk, sulfiet	<b>Frikadel sapi met pindasaus</b> gluten, pinda, selderij, soja Gewokte snijboontjes schaaldieren Mihoen	<b>Braadworst met champignonsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Witlof met kaas melk Gebakken aardappelen	<b>Varkensschnitzel met champignonsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Ratatouille Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Boeuf bourguignon</b> gluten, selderij Sperziebonen Krieltjes met boter en peterselie melk, sulfiet

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
<b>Menu 162</b> Maandag 10 augustus	<b>Varkenssaucijs met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Sperziebonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Visragout</b> gluten, melk, selderij, vis Broccoli Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Mihoenschotel vegetarisch met pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja, Zoetzure komkommer	<b>Varkenssaucijs met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Sperziebonen Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Visragout</b> gluten, melk, selderij, vis Broccoli Aardappelpuree melk, sulfiet
<b>Menu 163</b> Dinsdag 11 augustus	<b>Kalkoenrollade met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis Rabarber Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree melk	<b>Spaghetti met roomsaus, spinazie en geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Gegrilde hete kip met Piri-piri saus</b> gluten, melk, selderij Wokgroenten Mihoen gluten	<b>Gevulde courgette met tomatensaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Rabarber Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Spaghetti met roomsaus, spinazie en geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet
<b>Menu 164</b> Woensdag 12 augustus	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Worteltjes en doperwtten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Rundergehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, mais, melk, mosterd, selderij, soja, vis Snijbonen Aardappelpuree vieslook melk, sulfiet	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, soja, selderij, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Atjar tjampoer	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer	<b>Rundergehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, mais, melk, mosterd, selderij, soja, vis Snijbonen Aardappelpuree vieslook melk, sulfiet
<b>Menu 165</b> Donderdag 13 augustus	<b>Kipkarbonade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spiskool met rozijnen gluten, melk, sulfiet Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Indiase groentecurry</b> melk Rijst	<b>Stamppot rauwe andijvie</b> gluten, melk, mosterd, soja, sulfiet Gepaneerde speklap met braadjus ei, gluten, selderij, soja, vis	<b>Frikadel sapi met pindasaus</b> gluten, pinda, selderij, soja Gewokte spitskool Mihoen gluten	<b>Indiase groentecurry</b> melk Rijst	<b>Frikadel sapi met pindasaus</b> gluten, pinda, selderij, soja Gewokte spitskool Mihoen	<b>Indiase groentecurry</b> melk Rijst
<b>Menu 166</b> Vrijdag 14 augustus	<b>Gebakken vis met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Parijse worteltjes Gebakken aardappelen Komkommersalade mosterd	<b>Kipdijfilet met braadjus</b> gluten, selderij, vis Gestoofde witlof melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Hete bliksem</b> gluten, mosterd, sulfiet Varkenssaucijs met braadjus gluten, selderij, soja, vis Komkommersalade mosterd	<b>Babi pangang</b> selderij, soja Atjar tjampoer Mie ei, gluten Kroepoek schaaldieren, selderij	<b>Gebakken brie met botersaus</b> ei, gluten, melk Parijse worteltjes Gekookte aardappelen sulfiet Komkommersalade mosterd	<b>Gebakken vis met koude remouladesaus</b> ei, gluten, mosterd, soja, vis Parijse worteltjes Gebakken aardappelen Komkommersalade mosterd	<b>Kipdijfilet met braadjus</b> gluten, selderij, vis Gestoofde witlof melk Aardappelpuree melk, sulfiet
<b>Menu 167</b> Zaterdag 15 augustus	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes met ui gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Duitse biefstuk met ui en braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gemengde sla ei Aardappelpuree met tuinkruiden melk, sulfiet	<b>Macaroni met ham en geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Franse salade mosterd	<b>Foe young hai</b> ei, melk, selderij Rijst	<b>Veg. macaronischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Franse salade mosterd	<b>Speklapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Bietjes gluten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Macaroni met ham en geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Franse salade mosterd
<b>Menu 168</b> Zondag 16 augustus	<b>Kippenpoot met braadjus</b> ei, gluten, selderij, vis <b>Bonne femme</b> sulfiet	<b>Omelet kaas met roomsaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Penne carbonara</b> ei, gluten, melk, vis Tomatensalade mosterd	<b>Koe loe yuk met zoetzure saus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Wokgroenten Witte rijst	<b>Omelet kaas met roomsaus</b> ei, gluten, melk, spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Penne carbonara</b> ei, gluten, melk, vis Tomatensalade mosterd	<b>Omelet kaas met roomsaus</b> ei, gluten, melk, spinazie met ei ei, gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet

Week 12

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
Menu 169 Maandag 17 augustus	<b>Toscaans rundvlees met</b> Broccoli Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipvink met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Snijbonen Aardappelpuree met bieslook melk, sulfiet	<b>Babi ketjap</b> gluten, selderij, soja Sajoer boontjes gluten, selderij, soja Gebakken rijst	<b>Babi ketjap</b> gluten, selderij, soja Sajoer boontjes gluten, selderij, soja Gebakken rijst	<b>Gevulde flensje met tuinkruidensaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Snijbonen Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Toscaans rundvlees met braadjus</b> gluten, melk, selderij Broccoli Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipvink met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Snijbonen Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 170 Dinsdag 18 augustus	<b>Kipschnitzel met pepersaus</b> gluten, melk, selderij, soja <b>braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool gluten, melk Gekookte aardappelensulfiet	<b>Noordzee kibbeling met cocktailsaus</b> ei, gluten, mosterd, selderij, soja, vis Gemengde sla met ei ei Gebakken aardappelen	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasi met gebakken banaan en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Nasischotel met gebakken banaan</b> ei, gluten, melk, soja Pindasaus gluten, pinda, selderij, soja Zoetzure komkommer	<b>Kipschnitzel met pepersaus</b> gluten, melk, selderij, soja <b>braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool Gekookte aardappelensulfiet	<b>Noordzee kibbeling met cocktailsaus</b> ei, gluten, mosterd, selderij, soja, vis Gemengde sla met ei ei Gebakken aardappelen
Menu 171 Woensdag 19 augustus	<b>Jachtschotel</b> (varken) gluten, melk, selderij Rode kool met appel Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Kipburger met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Bloemkool bechamelsaus gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Verse frites met mayonaise</b> ei, mosterd, soja, sulfiet Kroket gluten, soja Koude huisgemaakte appelmoes	<b>Boemboe Bali</b> gluten, selderij, soja Gewokte snijboontjes Mihoen gluten	<b>Jachtschotel tempeh</b> gluten, melk, mosterd, selderij, soja Rode kool met appel Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Boemboe Bali</b> gluten, selderij, soja Gewokte snijboontjes Mihoen gluten	<b>Kipburger met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Bloemkool bechamelsaus gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet
Menu 172 Donderdag 20 augustus	<b>Rundersteak met champignonsaus</b> gluten, melk, selderij Witte bonen in tomatensaus gluten Gekookte aardappelensulfiet	<b>Slavink met braadjus</b> gluten, mosterd, selderij, soja Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiet	<b>Kerrieragout</b> gluten, melk, mosterd, selderij, vis Doperwten Rijst	<b>Kip bombay</b> mosterd, selderij Gewokte witte kool Rijst	<b>Omelet naturel met botersaus</b> ei, gluten, melk Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree peterselie melk, sulfiet	<b>Rundersteak met champignonsaus</b> gluten, melk, selderij Witte bonen in tomatensaus gluten Gekookte aardappelensulfiet	<b>Slavink met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Spinazie met ei ei, gluten, melk Aardappelpuree met peterselie melk, sulfiet
Menu 173 Vrijdag 21 augustus	<b>Gestoofte vis met Hollandaisesaus</b> gluten, vis Parijse worteltjes Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Chili con carne</b> selderij Aardappelpuree melk, sulfiet Komkommersalade mosterd	<b>Foe yong hai</b> ei, melk, selderij Rijst	<b>Gebakkan brie met botersaus</b> ei, gluten, melk Parijse worteltjes Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Gestoofte vis met Hollandaisesaus</b> gluten, vis Parijse worteltjes Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kiptartaar met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinesekool gluten, melk Aardappelpuree melk, sulfiet
Menu 174 Zaterdag 22 augustus	<b>Varkenshamlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gestoofte prei gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipcordon bleu met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Prinsessenmelange Aardappelpuree melk, sulfiet	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer	<b>Varkenshamlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gestoofte prei melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Mihoenschotel met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldier, selderij, soja, weekdieren Atjar tjampoer
Menu 175 Zondag 23 augustus	<b>Kalkoenrollade met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Wilt of a la creme melk Parijse aardappeltjes	<b>Gehaktbrood met ei en braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Snijbonen Gekookte aardappelensulfiet	<b>Spaghettischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, selderij, vis Tomatensalade mosterd	<b>Rendang</b> selderij, soja Gefruite groene kool met ei ei Gebakken rijst Kroepoek schaaldier, selderij	<b>Vegetarisch gehaktballetjes met tomatensaus</b> ei, gluten, melk, soja Snijbonen Gekookte aardappelensulfiet	<b>Kalkoenrollade met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Wilt of a la creme melk Parijse aardappeltjes	<b>Gehaktbrood met ei en braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Snijbonen Gekookte aardappelensulfiet

	Hollands 1	Hollands 2	Complete schotel	Indisch	Vegetarisch	Zacht 1	Zacht 2
<b>Menu 176</b> Maandag 24 augustus	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gemengde sla ei Aardappelgratin ei, melk	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet	<b>Zoete kip met ananas selderij</b> Sambal goreng boontjes gluten, soja Gebakken rijst	<b>Zoete kip met ananas selderij</b> Sambal goreng boontjes gluten, soja Gebakken rijst	<b>Veg.Braadworst met botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Gemengde sla ei Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Varkensprocureurlapje met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gemengde sla ei Aardappelgratin ei, melk	<b>Huisgemaakte gehaktbal met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Spitskool gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet
<b>Menu 177</b> Dinsdag 25 augustus	<b>Kipvink met braadjus</b> ei, gluten, selderij, soja, vis Rodekool met appel Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Gebakken vis met mosterdmayonaise</b> ei, gluten, mosterd, soja,, vis Gele worteltjes Pommes wedges	<b>Bami met omeletreepjes en pindasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier,selderij	<b>Bami met omeletreepjes en p;indasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier,selderij	<b>Bami met omeletreepjes en p;indasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, selderij, soja Zoetzure komkommer	<b>Bami met omeletreepjes en p;indasaus</b> ei, gluten, melk, pinda, schaaldieren, selderij, soja, weekdieren Zoetzure komkommer Kroepoek schaaldier,selderij	<b>Gebakken vis met mosterdmayonaise</b> ei, gluten, mosterd, soja,, vis Gele worteltjes Pommes wedges
<b>Menu 178</b> Woensdag 26 augustus	<b>Kipkarbonade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie g;uten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Boomstammetje met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Bloemkool met kaassaus gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet	<b>Gebakken mosselen met koude remouladesaus</b> ei, mosterd, schaaldieren, selderij, soja Gebakken aardappelen IJsbergsla ei	<b>Ikan ketjap manis</b> gluten, soja, vis Paksoi melk Rijst	<b>Gevulde courgette met botersaus</b> ei, gluten, melk Andijvie g;uten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Kipkarbonade</b> gluten, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Boomstammetje met braadjus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Bloemkool met kaassaus gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet
<b>Menu 179</b> Donderdag 27 augustus.	<b>Goulash (varken)</b> melk, selderij Doperwtten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Hamburger met braadjus</b> gluten, mosterd, selderij, soja, vis Zeeuwse uien Aardappelpuree melk,sulfiet	<b>Spaanse gehaktballetjes tomatensaus</b> ei, gluten,melk, mosterd, selderij, soja, vis Gestoofde tomaat,ui,paprika en aubergine Pilav rijst	<b>Sambal goreng tahu tempeh</b> gluten, soja Terong Rijst	<b>Goulash tahoe</b> melk, selderij Doperwtten Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Spaanse gehaktballetjes tomatensaus</b> ei, gluten,melk, mosterd, selderij, soja, vis Gestoofde tomaat,ui, paprika en aubergine Pilav rijst	<b>Hamburger met braadjus</b> gluten, mosterd, selderij, soja, vis Zeeuwse uien Aardappelpuree melk,sulfiet
<b>Menu 180</b> Vrijdag 28 augustus	<b>Varkensschnitzel met champignonroomsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Worteltjes en peultjes Gebakken Parijse aardappeltjes sulfiet	<b>Kipsaucijs met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Chinese kool gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Boeuf bourguignon</b> gluten, selderij Sperziebonen Aardappelpuree sulfiet	<b>Javaanse kip kok Anette kerriesaus</b> ei, gluten, selderij, soja Wokgroenten Chinese Mie ei, gluten	<b>Veg.Schnitzel met roomsaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Worteltjes en peultjes Gebakken Parijse aardappeltjes sulfiet	<b>Varkensschnitzel met champignonroomsaus</b> ei, gluten, melk, selderij Worteltjes en peultjes Gebakken Parijse aardappelen	<b>Boeuf bourguignon</b> gluten, selderij Sperziebonen Aardappelpuree
<b>Menu 181</b> Zaterdag 29 augustus	<b>Varkensblinde vink met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Broccoli Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Roerei met kaas en botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Spinazie gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet	<b>Macaronischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomaat/komkommersalade mosterd	<b>Empal pedis</b> gluten, selderij, soja Sawi schaaldieren Mihoen gluten	<b>Veg.Macaronischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomaat/komkommersalade mosterd	<b>Macaronischotel met geraspte kaas</b> ei, gluten, melk, selderij, vis Tomaat/komkommersalade mosterd	<b>Roerei met kaas en botersaus</b> ei, gluten, melk, selderij Spinazie gluten, melk Aardappelpuree melk,sulfiet
<b>Menu 182</b> Zondag 30 augustus	<b>Varkensfiletrollade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Gebakken aardappelen	<b>Tartaar a la Russe met paprikasaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Maaltijdsalade nicoise</b> ei, gluten, mosterd, selderij, vis Stokbrood gluten	<b>Koe loe yuk</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Atjar tjampoer Rijst	<b>Veg.Hamburger met ui en paprikasaus</b> ei, gluten, melk, selderij, soja Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet	<b>Varkensfiletrollade met braadjus</b> gluten, selderij, soja, vis Witte kool kerriesaus gluten, melk, mosterd, selderij Gebakken aardappelen	<b>Tartaar a la Russe met paprikasaus</b> ei, gluten, melk, mosterd, selderij, soja, vis Andijvie gluten, melk Gekookte aardappelen sulfiet

## Korte verklaring van de gerechten

**Ajam ketjap** | Kip met ketjapsaus

**Ajam smoor djawa** | Kip met knoflook, ui en nootmuskaat

**Assam manis** | Vis met sambal en ketjap

**Atjar ikan** | Pikant Indisch visgerecht

**Atjar ikan bukalouw** | Vis in het zuur met koenjit

**Atjar tjampoer** | Zuur bijgerecht van kruidige ingemaakte groenten in (zoet)zuur

**Babi ketjap** | Varkensvlees met ketjap

**Babi pangang** | Varkensvlees met tomatensaus

**Babi tjampoer** | Varkensvlees met witte bonen

**Babi tomat** | Varkensvlees met tomaat

**Bearnaise saus** | Saus van eidooiers, boter en gastric met dragon, cayennepeper, kervel en zout

**Bechamel saus** | Afgekoelde witte roux met kokende melk overgoten

**Boemboe bali** | Rundvlees in ketjapsaus met kokos en noten

**Boemboe bali ikan** | Visgerecht

**Boeuf Bourguignon** | Gestoofd rundvlees in rode wijn met zilverui, paprika en champignons

**Bolognese** | Saus van tomaten

**Bonne femme** | Uitjes, spek, champignons, gebakken krielaardappelen en doperwten en blokjes wortel

**Cacciatore** | Kip met tomaten, champignons, olijven, vermouthe, knoflook en kruiden

**Carbonara** | Pastaroomsaus van ei, melk en spekjes

**Chili con carne** | Bruine bonen of kapucijners met paprika, ui en tomaat

**Choron saus** | Basis bearnaise saus zonder kervel en dragon met tomatenpuree

**Chutney** | Vruchtenpuree met kruiden en smaakmakers

**Crème a la** | Bechamelsaus met room en citroensap

**Dengdeng ragie** | Rundvleesgerecht

**Dubrovnik stoofschotel** | Varkensvlees met prei, wortel, champignons, sperziebonen en paprika

**Empal pedis** | Rundvlees in hete saus

**Flageolet** | Geelgroen boontje

**Frikadel pan** | Indische frikadel

**Frikadel sapi** | Gehaktrolletjes

**Fusilli (of spirelli)** | Pasta in de vorm van een spiraal

**Gado gado** | Tempeh met diverse groenten

**Gehakt a la Russe** | Gekruide gehaktballetjes in paprikasaus

**Hawai** | Kerriesaus met ananas

**Hollandaise saus** | Saus van eidooiers, boter en gastric met citroensap, peper en zout

**Ikan ketjap manis** | Vis met zoete ketjap

**Ikan Petjil** | Vis in grove pindasaus

**Indische groenten curry** | Champignons, tomaat, wortel, bloemkool, broccoli en ui

**Irisch stew** | Stoofpot met lamsvlees, meiknolletje, kool, wortel, ui en knoflook

**Jachtschotel** | Rundvlees, bruine saus, augurk, zilverui en champignons

**Javaanse Kip** | Kipfilet met ui, rode paprika, knoflook en kokos

**Javaanse omelet** | Omelet met groenten en Indische kruiden

**Kip Bombay** | Kipfilet met paprika, ananas, banaan, gember, kerrie

**Koe loe yuk** | Door beslag gehaald en gefrituurd varkensvlees met zoetzure tomatensaus met gember en ananas

**Lasagna** | Pasta met gehakt, bechamel- en tomatensaus en kaas

**Mosterdsaus** | Hollandaise saus met Franse mosterd

**Okra** | 'Lady fingers', een pittige vruchtgroente

**Opor tahu telur daging** | Tahoe met vlees en ei

**Penne ham/asperges** | Pasta met roomsaus, ham en asperges

**Picasso** | Warm garnituur van vruchten, banaan, gember en amandelen

**Piri piri saus** | Kruidenmix, in het swahili rode peper bekend als de Afrikaanse duivel

**Polonaise** | Garnituur van ei, beschuit en peterselie

**Rémoulade saus** | Mayonaise aangevuld met groene kruiden, augurk, kappers, peterselie, dragon, kervel en bieslook

**Rendang** | Rundvlees in Indische saus

**Sajoer lodeh van kip** | Groentegerecht met kip

**Sambal goreng ati ayam** | Hete kippenlevers

**Sambal goreng babi** | Heet varkensvlees

**Sambal goreng telur** | Indisch ei gerecht met kokossaus

**Sap atjar** | Zout-zuur rundvlees

**Sapi kerrie** | Rundvlees met kerrie

**Sapi tjampoer malang** | Indische hachee

**Shepherds pie** | Ovenschotel van rundergehakt, ui, aardappelpuree en kummel  
**Smoor djawa** | Varkensvlees met zoute ketjap  
**Spaghetti** | Spaghetti met gehakt en tomatensaus  
**Stroganoff saus** | Pittige saus met paprika, ui, prei, tomaat, wodka en zure room  
**Suisse** | Vulling van ham en kaas  
**Sultana saus** | Bruine saus met rozijnen  
**Tahoe telur** | Gebakken tahoe met omelet  
**Tartaar saus** | Rémouladesaus met hardgekookte doorgewreven ei  
**Tempé goreng tjampoer** | Gebakken tempeh  
**Tirolienne** | Doperwten en wortelen  
**Tjap tjoy** | Varkensvlees met groenten  
**Tortellini** | Italiaanse pasta van kleine gevulde deegringetjes  
**Toscaans rundvlees** | Rundvlees met rode wijn, tomaten en rozemarijn  
**Veronique saus** | Visbouillon met witte wijn, cognac en witte druiven zonder pit



*Wij zijn duidelijk in wat we doen én laten,  
we doen dit samen en met plezier.*

**De Zellingen**  
Postbus 36, 2900 AA Capelle aan den IJssel  
088 - 206 90 86 | [www.zellingen.nl](http://www.zellingen.nl)

