

SMAKELIJK

VRIESVERS

2019

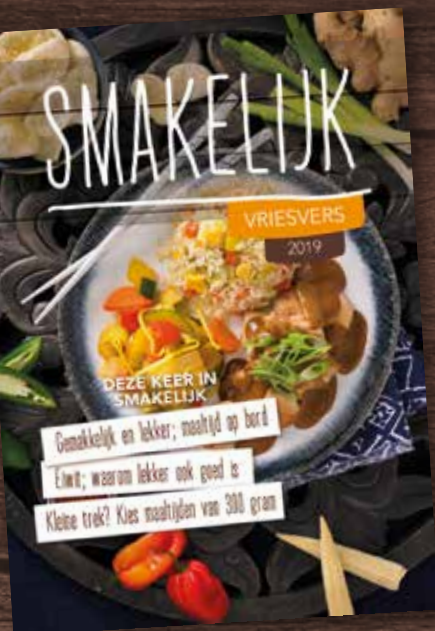
DEZE KEER IN
SMAKELIJK

Gemakkelijk en lekker; maaltijd op bord

Eiwit; waarom lekker ook goed is

Kleine trek? Kies maaltijden van 300 gram

→ DE MAALTIJDSERVICE →
T. 0478-745074



Voor u ligt de catalogus Smakelijk Vriesvers 2019

Graag presenteren wij u het vriesvers assortiment. Onze koks en voedingsdeskundigen hebben de selectie met uiterste zorg samengesteld. We hebben extra aandacht besteed aan gezonde en smakelijke ingrediënten, waarbij er ook zoveel mogelijk met duurzame producten is gewerkt. En dat proeft u! Het resultaat is een gevarieerd aanbod; van Hollandse pot tot Wereldse gerechten.

Ook zijn er voor de diverse dieetafleidingen maaltijden verkrijgbaar. Denk bijvoorbeeld aan zoutarme, gemalen of gluten- en lactosevrije maaltijden. Tevens zijn diverse maaltijden laag in verzadigd vet en geschikt voor diabetici. Nieuw dit jaar is een apart aanbod van kleinere, eiwitrijke maaltijden van 300 gram. Zo krijgt u in een bescheiden portiegrootte toch voldoende eiwitten binnen.

Alle gerechten zijn gedurende het gehele jaar verkrijgbaar en minimaal drie maanden houdbaar in uw vriezer. Tot slot zijn alle maaltijden verpakt in een gebruiksvriendelijk schaaltje, dat u ook de mogelijkheid geeft om de maaltijd gemakkelijk op een bord te verwarmen. Zo kunt u nog meer genieten van één van de mooiste momenten van de dag.

Wij wensen u alvast Smakelijk Eten!

inhoud

In deze Smakelijk zijn alle soepen, maaltijden en nagerechten met een foto afgebeeld. Ook vindt u een overzicht van de dieetvarianten en de voedingswaarden.



34 DE SCHIJF VAN VIJF



10 DUURZAAM



4-5

ONS AANBOD

Maaltijden

- 11 **Rundvlees**
- 12-13 **Gevogelte**
- 14-15 **Stamppotten**
- 16-17 **Varkensvlees**
- 18-19 **Vis**
- 20-21 **Pasta**
- 22-23 **Werelds**
- 24-26 **Vegetarisch**
- 27-29 **Kleine maaltijden 300 gram**
- 30 **Maaltijdsoepen**
- 31 **Pannenkoek en poffertjes**
- 32-33 **Toetjes**
- 35-40 **Assortidozen**

Tabellen

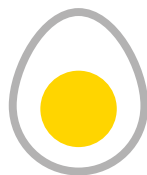
- 41 **Tabel zoutarm**
- 42 **Tabel gemalen en gemalen zoutarm**
- 43 **Tabel gluten- en lactosevrij en gluten- en lactosevrij zoutarm**
- 44-47 **Voedingswijzer**

uitleg symbolen



prijscategorie

Bij elke maaltijd staat dit symbool. De letter in de cirkel (A t/m F) geeft aan in welke prijscategorie de maaltijd valt, als uw maaltijdservice de maaltijden in verschillende prijscategorieën aanbiedt.



eiwitrijk

Middels dit symbool kunt u snel zien of de maaltijd eiwitrijk is.



>150 gr. groente

Dit symbool staat bij de maaltijden die meer dan 150 gram groente bevatten.

STAP 1

Aantal maaltijden bepalen

U kunt elke week of voor meer weken tegelijk bestellen. De enige regel is dat een bestelling altijd 6 maaltijden of een veelvoud daarvan bedraagt.

STAP 2

Kies uw maaltijden

Alle maaltijden voor normale voeding staan met een foto in deze catalogus. De maaltijden zijn onderverdeeld in productgroepen, zoals rundvlees, gevogelte, pasta of werelds. De maaltijden voor de verschillende dieetafleidingen vindt u daarna in overzichtelijke tabellen.

STAP 3

Bestellen

Elke maaltijd in deze catalogus heeft een artikelnummer. Het nummer staat in een gekleurd balkje en begint altijd met het cijfer 95. De artikelnummers en namen van de maaltijden staan ook op uw bestelformulier. Het scheurblok heeft voldoende formulieren voor 25 weekbestellingen. Als u de maaltijden heeft uitgekozen hoeft u op het bestelformulier alleen nog maar het aantal stuks per maaltijd in te vullen. Het bestelformulier geeft u mee aan uw maaltijdbezorger. Bestellen kan ook telefonisch.

Heeft u nog vragen? Bel uw maaltijdservice.

SOEPEN EN NAGERECHTEN

Soepen en nagerechten zitten altijd in een aparte doos met meer stuks tegelijk. Op het bestelformulier vult u het gewenste aantal dozen in.

ASSORTIMENTSDOZEN

In deze catalogus vindt u ook assortimentsdozen met 6 verschillende maaltijden. Deze vindt u ook terug op de bestellijst. Geef op het formulier het gewenste aantal dozen aan.

HET BRUINE CIJFER

Bij elke maaltijd staat ook een bruin, verticaal gedrukt artikelnummer: Dit nummer is uitsluitend bestemd voor bulkbestellingen door instellingen/bedrijven.





De verpakking

Alle maaltijden zijn verpakt in een gebruiksvriendelijk schaalpje, dat u de mogelijkheid geeft om rechtstreeks de maaltijd in de verpakking te verwarmen, maar dat u ook de mogelijkheid geeft om de maaltijd gemakkelijk over te plaatsen op een bord en dan te verwarmen. Zo kunt u nog meer genieten van één van de mooiste momenten van de dag.



Eiwitrijk



Eiwit is voor ons lichaam de belangrijkste voedingsstof om te herstellen. Dat geldt voor spieren en organen, maar ook voor ons bloed. Door het eten van eiwitrijke producten draagt u dus bij aan uw gezondheid! Daarom hebben we bij iedere maaltijd welke rijk is aan eiwit, een eitje geplaatst zodat u snel kan zien welke maaltijden hieraan voldoen.

300 GR.



Kleinere porties

We zijn allemaal anders. En dat geldt ook voor het eten. Smaken verschillen en zo zijn er ook grote en kleine eters. Als u niet zo'n grote eter bent, dan is het assortiment maaltijden met een kleinere portiegrootte iets voor u. Deze maaltijden zijn slechts 300 gram, maar bevatten door de samenstelling en ingrediëntenkeuze voldoende eiwit. En genoeg eiwit eten is belangrijk voor een goede gezondheid.

U vindt het assortiment kleine portie 300 g maaltijden op pagina 27-29.

BEREIDINGSWIJZE op een bord

1



STAP 1

Neem de maaltijd uit het vriesvak en verwijder de folie.

2



STAP 2

Klik vanuit de onderkant van het schaalte de maaltijd los uit de verpakking en schuif deze op een bord.

3



STAP 3

Plaats een magnetronkap over de maaltijd. U kunt hier eventueel ook het lege schaalte voor gebruiken. Zet deze omgekeerd als deksel over de maaltijd.

4



STAP 4

Zet het bord in de magnetron en stel in op 5 minuten ontdooien.

5



STAP 5

Verwarm daarna gedurende 11 minuten op 750 Watt*.

6



STAP 6

Wacht een minuutje voordat u de maaltijd uit de magnetron haalt. Verwijder de kap of het lege schaalte.



in de verpakking

1



STAP 1

Neem de maaltijd uit het vriesvak en prik met een vork een paar gaatjes in de folie.

2



STAP 2

Plaats de maaltijd in de magnetron en stel in op 5 minuten ontdooien.

3



STAP 3

Verwarm daarna gedurende 11 minuten op 750 Watt*.

4

STAP 4

Wacht een minuutje voordat u de maaltijd uit de magnetron haalt en de afdekfolie verwijdert.

5



STAP 5

Schep de maaltijd over op een bord.

eet smakelijk

soep

Plaats de diepgevroren soep in een magnetron en verwarm gedurende 5 á 6 minuten op 750 Watt*.

toetjes

De toetjes bij voorkeur een dag voor gebruik in de koelkast laten ontdooien of 4 tot 5 uur voordat u gaat eten op kamertemperatuur laten komen.

* Bij een magnetron met een groter of kleiner vermogen dienen de vermelde bereidingstijden overeenkomstig te worden aangepast.



ASSORTIMENT SOEP

728132

SOEP VAN DE DAG

6 SMAKEN À 220 ML

951410

**HELDERE
SELDERIJSOEP**



**GEBONDEN
CHAMPIGNONSOEP**



**HELDERE
OSSENSTAARTSOEP**



**TOMATEN
GROENTESOEP**



KONINGINNESOEP



HELDERE DRINKBOUILLON



KLASSIEKE SOEP

2 X 3 SMAKEN À 220 ML

157174

951430



**HELDERE
GROENTESOEP**



**GEBONDEN
TOMATENSOEP**



**HELDERE
KIPPENSOEP**

DEZE SOEPEN ZIJN GLUTENVRIJ

om te smullen

Mmmm, duurzaammmmm

WIST U DAT

- Duurzame producten eigenlijk altijd wel een keurmerk of logo bevatten?
- De consumptie van duurzame producten opnieuw is toegenomen?
- Eieren, vis, koffie en thee in Nederland de populairste duurzame producten zijn?

Nederlanders vinden het steeds belangrijker om duurzaam te eten. Dat is immers goed voor mens, dier en milieu. Daarom hechten we steeds meer waarde aan de herkomst van producten. In de winkel maken we een bewuste keuze bij de vraag 'Wat gaan we eten?'

Duurzaam: wat is dat eigenlijk?

Het begrip 'duurzaam' heeft vele definities. Uiteindelijk komt het er altijd op neer dat duurzame producten geproduceerd worden met respect voor mens, dier en milieu. Maar hoe weet je zeker dat dat daadwerkelijk gebeurt? Daar zijn diverse keurmerken voor ontwikkeld. Denk bijvoorbeeld aan het EKO-keurmerk en Label Rouge. Maar ook aan Milieukeur, het keurmerk dat duurzaamheid breder ziet en zich naast dierenwelzijn ook richt op milieubehoud. Zo'n keurmerk krijg je overigens niet zomaar. Daar zijn strenge regels en controles aan verbonden. Dus als u als consument zo'n logo op de verpakking van een product ziet, weet u wat u koopt.

Duurzaam en lekker

Is duurzaam ook lekkerder? Over smaak valt natuurlijk niet te twisten. Maar om een voorbeeld te geven: duurzaam vlees is ontzettend smaakvol. Het is namelijk steviger en malser, omdat de dieren voldoende tijd en ruimte hebben gehad om te groeien. Bovendien zijn er geen antibiotica of groeibevorderaars aan het voer toegevoegd. Dat is soms wel duurder in productie, maar daar staat dus ook iets tegenover. En daar vragen we als consumenten om. Niet gek dus, dat steeds meer producenten overstappen; ook onze koks proberen zoveel als mogelijk duurzame ingrediënten te verwerken in de maaltijden. Duurzaam produceren heeft de toekomst!



TIP

Kies voor groenten en fruit uit het seizoen en van Nederlandse afkomst. Deze zijn over het algemeen minder belastend voor het milieu dan groente en fruit die uit het buitenland ingevlogen worden.



38551

B

958551

KALFSGEHAKTBAL IN JUS

met bloemkool à la crème-kerrie en aardappel-rosti's



38554

B

958554

RUNDERVINK IN MOSTERDSAUS

met sperziebonen en gebakken aardappelblokjes



38577

C

958577

RUNDERSTOOFLAPJE MET JUS

met rode kool en krieltjes



38580

E

958580

HACHEE

met stoofpeertjes en aardappelpuree met tuinkruiden



38552

B

958552

RUNDERGEHAKTBALLEN IN UIENJUS

met witlof en gekookte aardappelen



38576

B

958576

KALFSGEHAKTBALLETJES

in arrabiatasaus (licht-pittige tomaten/paprikasaus) met aardappel-sperziebonenschotel



38578

C

958578

SUKADELAPJE IN JUS

met pastinaak en pompoen, aardappelpuree met bieslook en spekjes



38581

B



958581



KIPKERRIE

met doperwten en notenrijst

38583

C



958583



KIPKARBONADE BONNE FEMME

kipkarbonade met een garnituur van groenten en gebakken aardappel

38584

B



958584



KIPFILET MET CHAMPIGNONSAUS,

spinazie à la crème en aardappelpuree met tuinkruiden

38585

C



958585



KIP OP BRABANTSE WIJZE

met Parijse worteltjes en aardappelpuree

38586

C



958586



KIPSCHOTEL

met gemengde groenten en mini krieltjes

38591

B



958591



GEVULDE KIPSCHNITZEL

met broccolimix en aardappelrosti's





38592

B

958592

BOERENKOOLSTAMPOT
met rookworst



38593

C

958593

ANDIJVIESTAMPOT MET SPEKJES
met kipfilet in uienjus



38594

D

958594

HUTSPOT
met Hollandse hachee



38596

B

958596

ZUURKOOLSTAMPOT
met speklapjes in mosterdjus



38597

B

958597

SPINAZIE-VENKELSTAMPOT MET MOZZARELLA
met een rundertartaartje met jus





38598

C

958598



BLOEMKOOLSHOTEL
met aardappelschijfjes, spekjes en truffelsaus



38599

A

958599



GEHAKTBALLETJES IN JUS
spruiten met amandelen en gekookte aardappelen



38601

B

958601



VERSE WORST IN JUS
met gesmoorde zuurkool en krieltjes



38602

D

958602



WITLOFSHOTEL HAM EN KAAS
met aardappelpuree met bieslook





38603

E

958603



GEBAKKEN ZALMFILET

met Normandische saus, bladspinazie en aardappelpuree



38604

C

958604



KIBBELING

met ravigottesaus, gemengde groenten en gebakken krieltjes



38606

C

958606



LEKKERBEKJE

met kerrie-gembersaus, doperwten en worteltjes, aardappelpuree met tuinkruiden



38607

C

958607



GEPANEERDE VISFILET

met Hollandaise saus en aardappelknolselderij schotel met tomaatjes



38608

A



958608

MACARONI HAM-KAAS

38609

A



958609

SPAGHETTI BOLOGNESE
met kaas

38610

D



958610

LASAGNE BOLOGNESE
met kaas

38611

D



958611

CANNELONI MET KIP
in paddenstoelen-truffelsaus met spinazie en mozzarella

38612

D



958612

LASAGNE ZALM

38614

D



958614

FARFALLE MET TONIJN
en gamba's in pittige tomatensaus





38615

B



958615



KIP MADRAS

met groene linzen en kokosrijst

38616

B



958616



KIP SATÉ

met tjap tjoy en nasi goreng

38617

C



958617

BABI PANGANG

met pikante groenten, ananas en Chinese noedels

38619

C



958619



DAGING RENDANG

met sajour boontjes en witte rijst

38620

B



958620



CHILI CON CARNE

met een rijst-groenteschotel

38622

D



958622

RUNDER MOUSSAKA

aardappel met rundergehakt, tomaat, aubergine en kaas





38623

B

958623


HACHEE VAN PADDENSTOELEN

rode bietjes met zilveruitjes en aardappelpuree met tuinkruiden



38625

A

958625

FOE YONG HAI

met nasi goreng



38628

A

958628


VEGETARISCHE BOERENGHAKTSHOTEL

met zoete aardappelpuree



38624

A

958624


VEGETARISCHE ROOKWORST

met jus en boerenkoolstampot



38627

D

958627

VEGETARISCHE MOUSSAKA

aardappel met vegetarisch gehakt, tomaat, aubergine en kaas



38629

D

958629


GROENTEN LASAGNE



VEGA



38630

A

958630



GROENTEBURGER

met pestosaus, broccoli en pastarijst met tomaat



38631

C

958631

OOSTERSE ROERBAKSHOTEL

met vegastukjes en noedels



38633

B

958633



VEGETARISCHE MADRAS

met groene linzen en kokosrijst

KLEINE MAALTIJDEN, 300 GR

38635

A



958635

BOERENGHAKTSCHOTEL
met zoete aardappelpuree

38636

B



958636

KALKOENBIEFSTUKJES

in dragonsaus, tuinbonen en gekookte aardappelen

38637

B



958637

KALFSSAUCIJSJES

in jus met meergroentenstampot

38638

C



958638

GESNEDEN VARKENSHAAS

in champignonsaus met broccoli en aardappelpuree

38640

C



958640

NIEUWPOORTS VISPANNETJE

met haricots verts en krieltjes

38641

D



958641

PENNE MET ZALM

courgette en witte wijn-dillesaus



KLEINE MAALTIJDEN, 300 GR

38643

B



958643

VARKENSHAAS

met satésaus, atjar tjampoer en bami goreng

38644

C



958644

WOKSCHOTEL

met kip in sesamsaus, Oosterse groenten en notenrijst

38645

A



958645

VEGETARISCHE BALLETTJES

in ketjapsaus met atjar ananas en bami goreng

38646

A



958646

VEGETARISCHE SCHNITZEL

met champignonsaus, ratatouille en gebakken krieltjes



MAALTIJDSOEPEN

46794

A



956794



BRABANTSE SNERT
met spek en rookworst

46801

B



956801



GOULASHOEP

46804

B



956804



4-SEIZOENENSOEP
verse soep met wortel, knolselderij, prei,
aardappel en kip

46806

B



956806



JAPANESE NOODLESOEP VEGA
kruidige bouillonsoep gevuld met verse groenten



PANNENKOEK EN POFFERTJES



728111

A



957500

APPELPANNENKOEKEN

2 stuks

728043

A



957501

SPEKANNENKOEKEN

2 stuks

728116

A



957503

PANNENKOEKEN NATUREL

4 stuks

728124

A



957505

OUD-HOLLANDSE POFFERTJES

Schaaltje à 24 stuks

VERRUKKELIJKE TOETJES!

950303

ROOMIJS DESSERTDOOS

3 SMAKEN, 12 STUKS À 140 ML

4x Vanille

4x Aardbeien

4x Dame blanche





950302

BAVAROIS-MOUSSE DESSERTDOOS

6 SMAKEN, 12 STUKS

- 2x Framboos-appelmoes à 100 ml
- 2x Appelmoes à 100 ml
- 2x Chocodemousse à 140 ml
- 2x Bitterkoekjesmousse à 140 ml
- 2x Aardbeienmousse à 140 ml
- 2x Sinaasappelmousse à 140 ml



De Schijf van Vijf in een notendop

De Schijf van Vijf bestaat uit 5 vakken vol goede producten om uit te kiezen. Kies elke dag genoeg uit elk vak en varieer daarbij volop, dan krijgt je lijf wat het nodig heeft.



Veel groente en fruit



Vooral volkoren, zoals volkorenbrood, volkoren pasta en couscous en zilvervliesrijst



Minder vlees en meer plantaardig. Varieer met vis, peulvruchten, noten, eieren en vegetarische producten



Genoeg zuivel, zoals melk, yoghurt en kaas



Een handje ongezouten noten



Zachte of vloeibare smeer- en bereidingsvetten



Voldoende vocht, zoals kraanwater, thee en koffie



Buiten de Schijf van Vijf: niet te veel en niet te vaak

- Kleine porties
- Niet te veel zout, suiker en verzadigd vet



ASSORTIDOZEN



€ BUDGET

44796

POPULAIR

959946

KALFSGEHAKTBAL IN JUS

met bloemkool à la crème-kerrie en aardappelrosti's

RUNDERVINK IN MOSTERDSAUS

met sperziebonen en gebakken aardappelblokjes

KIPFILET MET CHAMPIGNONSAUS

spinazie à la crème en aardappelpuree met tuinkruiden

KIPSHOTEL

met gemengde groenten en mini krieltjes

MACARONI HAM-KAAS

LEKKERBEKJE MET KERRIE-GEMBERSAUS

met doperwten en worteltjes, aardappelpuree met tuinkruiden



44797

VAN HET HUIS

959947

RUNDERGEHAKTBALLEN IN UIENJUS

met witlof en gekookte aardappelen

KIPKARBONADE BONNE FEMME

met groenten en gebakken aardappelen

KIPKERRIE

met doperwten en notenrijst

RUNDERSTOOF LAPJE MET JUS

rode kool en krieltjes

VERSE WORST IN JUS

met gesmoorde zuurkool en krieltjes

GEVULDE KIPSCHNITZEL

met broccolimix en aardappelrosti's

ASSORTIDOZEN



44798

LEKKER HOLLANDS

959948

KALFSGEHAKTBALLETJES IN ARRABIATASAU

met aardappel-sperziebonen schotel

HACHEE

met stoofpeertjes en aardappelpuree met tuinkruiden

ANDIJVIESTAMPPOT MET SPEKJES

en kipfilet in uienjus

WITLOFSCHOTEL HAM EN KAAS

met aardappelpuree met bieslook

RUNDERSTOOFLAPJE MET JUS

rode kool en krieltjes

SPINAZIE-VENKELSTAMPPOT

met mozzarella met een rundertartaartje met jus



44801

WERELD GERECHTEN

959951

CANNELONI MET KIP

in paddenstoelen-truffelsaus met spinazie en mozzarella

BABI PANGANG

met pikante groenten, ananas en Chinese noedels

KIP SATÉ

met tjap tjoy en nasi goreng

ZUURKOOlstAMPPOT

met speklapjes in mosterdjus

KIPKARBONADE BONNE FEMME

met groenten en gebakken aardappelen

RUNDER MOUSSAKA

aardappel met rundergehakt, tomaat, aubergine en kaas



€ BUDGET

44802

VOOR STEVIGE TREK

959952

BOERENKOOLSTAMPPOT

met rookworst

ZUURKOOLSTAMPPOT

met speklapjes in mosterdjus

SPAGHETTI BOLOGNESE

met kaas

CHILI CON CARNE

met een rijst-groenteschotel

HUTSPOT

met Hollandse hachee

MACARONI HAM-KAAS



EIWITRIJK

44803

VOOR KLEINE ETERS*

959953

NIEUW

KALKOENBIEFSTUKJES IN DRAGONSАUS

met tuinbonen en gekookte aardappelen

VEGETARISCHE BALLETTJES

in ketjapsaus met atjar ananas en bami goreng

KALFSSАUCIJSJES IN JUS

met meergroentenstamppot

VARKENSHAAS IN CHAMPIGNONSАUS

met broccoli en aardappelpuree

BOERENGEHAKTSHOTEL

met zoete aardappelpuree

NIEUWPOORTS VISPANNETTJE

met haricots verts en krieltjes

*Kleine maaltijden van 300 gram

ASSORTIDOZEN



93242

VEGETARISCH

959954

GROENTEN LASAGNE

VEGETARISCHE BOERENGHAKTSCHOTEL

met zoete aardappelpuree

GROENTEBURGER MET PESTOSAUS

broccoli en pastarijst met tomaat

FOE YONG HAI

met nasi goreng

VEGETARISCHE MADRAS

met groene linzen en kokosrijst

OOSTERSE ROERBAKSCHOTEL

met vegastukjes en noedels



44806

ZOUTARM

959956

KIP OP BRABANTSE WIJZE

met Parijse worteltjes en aardappelpuree

RUNDERVINK IN MOSTERDSAUS

met sperziebonen en gebakken
aardappelblokjes

RUNDERGEHAKTBALLEN IN UIENJUS

met witlof en gekookte aardappelen

VARKENSHAAS MET SATÉSAUS

met atjar tjampoer en bami goreng

MACARONI HAM-KAAS

ZUURKOOLSTAMPOT

met speklapjes in mosterdjus



EIWITRIJK

45404

EIWITRIJK 1

959958

KALFSGEHAKTBALLETJES IN ARRABIATASAUS

met aardappel-sperziebonenschotel

RUNDERSTOOFLAPJE IN JUS

met rode kool en krieltjes

KIPKERRIE

met doperwten en notenrijst

KIPFILET IN CHAMPIGNONSAUS

met spinazie à la crème en aardappelpuree met tuinkruiden

KIBBELING IN RAVIGOTTESAUS

met gemengde groenten en gebakken krieltjes

KIPSATÉ

met tjap tjoy en nasi goreng



EIWITRIJK

45405

EIWITRIJK 2

959959

SUKADELAPJE IN JUS

met pastinaak-pompoen en aardappelpuree met bieslook en spekjes

HACHEE

met stoofpeertjes en aardappelpuree met tuinkruiden

KIPSCHOTEL

met gemengde groenten en mini krieltjes

GEBAKKEN ZALMFILET NORMANDISCHE SAUS

met bladspinazie en aardappelpuree

DAGING RENDANG

met sajour boontjes en witte rijst

GROENTEBURGER IN PESTOSAUS

met broccoli en pastarijst met tomaat

ASSORTIDOZEN



44807

GLAD GEMALEN

959957

BOERENGHAKTSCHOTEL

met zoete aardappelpuree

KIPFILET

met witlof met aardappelpuree

KIPKERRIE

met doperwten en notenrijst

FOE YONG HAI

met nasi goreng

VISPANNETJE

met haricots verts en krieltjes

RUNDERSTOOF LAPJE

met rode kool en aardappelpuree



44815

GLUTEN-/LACTOSEVRIJ

959965

KIP SATÉ

met atjar tjampoer en nasi

KIPFILET

met witlof en gebakken krieltjes

HUTSPOT

met Hollandse hachee

BOERENKOOLSTAMPOT

met een rundertartaartje

GEBAKKEN ZALM

met bladspinazie en aardappelpuree

SUKADELAPJE

met bloemkool en aardappelpuree

MENU ZOUTARM



958648	Rundergehaktballen in uienjus met witlof en gekookte aardappelen	38648	C
958649	Rundervink in mosterdsaus met sperziebonen en gebakken aardappelblokjes	38649	C
958651	Runderstooflapje met jus , rode kool en krieltjes	38651	C
958652	Sukadelapje in jus met pastinaak en pompoen, aardappelpuree met bieslook en spekjes	38652	C
958653	Boeregehaktschotel met zoete aardappelpuree	38653	A



958654	Kipkarbonade bonne femme	38654	C
958656	Kipfilet in champignonsaus met spinazie à la crème en aardappelpuree met tuinkruiden	38656	B
958657	Kalkoenbiefstukjes in dragonsaus met tuinbonen en gekookte aardappelen	38657	B
958658	Kip op Brabantse wijze met Parijse worteltjes en aardappelpuree	38658	C



958659	Boerenkoolstampot met rookworst en jus	38659	B
958660	Hutspot met Hollandse hachee	38660	D
958661	Andijviestampot met spekjes en kipfilet in uienjus	38661	C
958662	Zuurkoolstampot met speklapjes in mosterdjus	38662	B



958664	Gesneden varkenshaas in champignonsaus met broccoli en aardappelpuree	38664	C
958665	Verse worst met jus met gesmoorde zuurkool en krieltjes	38665	B



958666	Gebakken zalmfilet met Normandische saus, bladspinazie en aardappelpuree	38666	E
958667	Nieuwpoorts vispannetje met haricots verts en krieltjes	38667	C
958669	Lekkerbekje , kerrie-gemmersaus, doperwten en worteltjes, aardappelpuree	38669	C
958670	Gepaneerde visfilet met Hollandaisesaus en aardappel-knolselderijschotel met tomaatjes	38670	C



958672	Penne met zalm , courgette en witte wijn-dillesaus	38672	D
958673	Macaroni ham-kaas	38673	A
958674	Zalm lasagne	38674	D
958675	Lasagne bolognese met kaas	38675	D
958677	Spaghetti bolognese met kaas	38677	A



958678	Varkenshaas in satésaus met atjar tjampoer en bami goreng	38678	B
958679	Kip madras met kokosrijst en groene linzen	38679	B
958680	Babi pangang met pikante groente, ananas en noedels	38680	C
958681	Runder moussaka	38681	D
958682	Wokschotel met kip in sesamsaus met Oosterse groenten en notenrijst	38682	C



958683	Vegetarische balletjes in ketjapsaus met atjar ananas en bami goreng	38683	A
958685	Vegetarische boeregehaktschotel met zoete aardappelpuree	38685	A
958686	Foe yong hai met nasi goreng	38686	A
958688	Hachee van paddenstoelen , rode bietjes met zilveruitjes en aardappelpuree	38688	B
958690	Vegetarische moussaka	38690	D
958691	Groenten lasagne	38691	D

MENU GEMALEN



958693	Runderstooflapje in jus met rode kool en aardappelpuree	38693	F
958694	Hutspot met Hollandse hachee	38694	F
958695	Boerengehaktshotel met zoete aardappelpuree	38695	F



958696	Rookworst met jus en boerenkoolstampot	38696	F
958698	Babi pangang met pikante groenten, ananas en nasi goreng	38698	F
958699	Verse worst in jus met broccoli en aardappelpuree	38699	F



958700	Kipfilet in champignonsaus met gestoofde witlof naturel en aardappelpuree met tuinkruiden	38700	F
958701	Kip op Brabantse wijze met Parijse worteltjes en aardappelpuree	38701	F
958703	Kip-kerrie met doperwten en notenrijst	38703	F



958704	Gebakken zalmfilet in Normandische saus met bladspinazie en aardappelpuree met bieslook	38704	F
958705	Nieuwpoorts vispannetje met haricots verts en krieltjes	38705	F
958706	Penne met zalm , courgette en witte wijn-dillesaus	38706	F



958708	Foe yong hai met nasi goreng	38708	F
958709	Hachee van paddenstoelen , rode bietjes met zilveruitjes en aardappelpuree met tuinkruiden	38709	F
958711	Vegetarische balletjes in ketjapsaus met atjar ananas en bami goreng	38711	F
958712	Vegetarische rookworst met jus en boerenkoolstampot	38712	F

MENU GEMALEN ZOUTARM



958713	Runderstooflapje in jus met rode kool en aardappelpuree	38713	F
958714	Hutspot met Hollandse hachee	38714	F
958716	Boerengehaktshotel met zoete aardappelpuree	38716	F



958717	Rookworst met jus en boerenkoolstampot	38717	F
958718	Babi pangang met pikante groenten, ananas en nasi goreng	38718	F
958719	Verse worst in jus met broccoli en aardappelpuree	38719	F



958720	Kipfilet in champignonsaus met gestoofde witlof naturel en aardappelpuree met tuinkruiden	38720	F
958721	Kip op Brabantse wijze met Parijse worteltjes en aardappelpuree	38721	F
958722	Kip-kerrie met doperwten en notenrijst	38722	F



958724	Gebakken zalmfilet in Normandische saus met bladspinazie en aardappelpuree met bieslook	38724	F
958725	Nieuwpoorts vispannetje met haricots verts en krieltjes	38725	F
958726	Penne met zalm , courgette en witte wijn-dillesaus	38726	F



958727	Foe yong hai met nasi goreng	38727	F
958729	Hachee van paddenstoelen , rode bietjes met zilveruitjes en aardappelpuree met tuinkruiden	38729	F
958730	Vegetarische balletjes in ketjapsaus met atjar ananas en bami goreng	38730	F

GLUTEN- EN LACTOSEVRIJ



958732	Sukadelapje in jus met bloemkool à la crème en aardappelpuree met bieslook	38732	E
958733	Hutspot met Hollandse hachee	38733	E
958737	Rundertartaartje in jus en boerenkoolstampot	38737	E



958734	Babi pangang met pikante groenten, ananas en nasi goreng	38734	E
--------	---	-------	---



958735	Kipsaté met atjar tjampoer en nasi goreng	38735	E
958739	Kipfilet in champignonsaus met gestoofde witlof en gebakken krieltjes	38739	E



958738	Gebakken zalmfilet in Normandische saus met bladspinazie en aardappelpuree	38738	E
--------	---	-------	---



958740	Hachee van paddenstoelen , rode bietjes met zilveruitjes en gekookte aardappelen	38740	E
--------	---	-------	---



958741	Pasta bolognese	38741	E
--------	------------------------	-------	---

GLUTEN- EN LACTOSEVRIJ ZOUTARM



958742	Sukadelapje in jus met bloemkool à la crème en aardappelpuree met bieslook	38742	E
958743	Hutspot met Hollandse hachee	38743	E



958745	Babi pangang met pikante groenten, ananas en nasi goreng	38745	E
--------	---	-------	---



958747	Kipfilet in champignonsaus met gestoofde witlof en gebakken krieltjes	38747	E
--------	--	-------	---



958746	Gebakken zalmfilet in Normandische saus met bladspinazie en aardappelpuree	38746	E
--------	---	-------	---



958748	Hachee van paddenstoelen , rode bietjes met zilveruitjes en gekookte aardappelen	38748	E
--------	---	-------	---



958750	Pasta bolognese	38750	E
--------	------------------------	-------	---

STANDAARD

VOEDINGSWIJZER

PER 100 GRAM

	MENU	OMSCHRIJVING	ART. NR.	ENERGIE BEPERKT	LAAG IN VERZ. VET	RICHTLIJN DIABETES
RONDVLEES	958551	Kalfsgehaktbal in jus	38551	••	••	••
	958552	Rundergehaktballen in uienjus	38552	•••	•	•
	958554	Rundervink in mosterdsaus	38554	••	•	•
	958576	Kalfsgehaktballetjes in arrabiatasaus	38576	••	•	•
	958577	Runderstooflapje in jus	38577	•••	•••	•••
	958578	Sukadelapje in jus	38578	••	••	••
	958580	Hachee met stoofpeertjes	38580	•••	•••	•
	958581	Kip-kerrie met doperwt en notenrijst	38581	••	•	•
	958583	Kipkarbonade bonne femme	38583	••	•••	•••
	958584	Kipfilet in champignonsaus	38584	•••	•	•
GEVOGELTE	958585	Kip op Brabantse wijze	38585	•••	•••	•••
	958586	Kipschotel met gemengde groenten	38586	•••	•••	•••
	958591	Gevulde kipschnitzel	38591	••	•	•
	958592	Boerenkoolstamppot met rookworst in jus	38592	••	•	•
	958593	Andijviestamppot met spekjes, kipfilet in uienjus	38593	•••	••	••
	958594	Hutspot met Hollandse hachee	38594	•••	•••	•••
STAMPOT	958596	Zuurkoolstamppot met speklapjes in mosterdjus	38596	••	•	•
	958597	Spinazie-venkelstamppot met rundertartaartje	38597	•••	••	••
	958598	Bloemkoolschotel met aardappelschijfjes	38598	••	•	•
VARKENSCHOTEL	958599	Gehaktballetjes in jus	38599	••	•	•
	958601	Verse worst in jus met gesmoorde zuurkool	38601	••	•	•
	958602	Witlofschotel ham-kaas	38602	••	•	•
VIS	958603	Gebakken zalmfilet in Normandische saus	38603	••	••	••
	958604	Kibbeling in ravigottesaus	38604	••	•	•
	958606	Lekkerbekje in kerrie-gembersaus	38606	••	•	•
	958607	Gepaneerde visfilet met hollandaisesaus	38607	••	•	•
PASTA	958608	Macaroni ham-kaas	38608	••	•	•
	958609	Spaghetti bolognese met kaas	38609	••	•	•
	958610	Lasagne bolognese met kaas	38610	••	•••	•
	958611	Cannaroni met kip in paddenstoelen-truffelsaus	38611	••	•	•
	958612	Lasagne zalm	38612	••	••	•
	958614	Farfalle met tonijn en gamba's	38614	••	•••	•
	958615	Kip madras	38615	••	•	•
WERELD	958616	Kipsaté met tjap tjoy	38616	••	•••	•
	958617	Babi pangang met pikante groenten ananas	38617	••	•••	•
	958619	Daging rendang met sajour boontjes	38619	••	•	•
	958620	Chili con carne met rijst-groenteschotel	38620	••	•••	•
	958622	Runder moussaka	38622	••	••	••
	958623	Hachee van paddenstoelen	38623	•••	•••	•••
	958624	Vegetarische rookworst met boerenkool	38624	••	•••	•••
VEGETARISCH	958625	Foe yong hai met nasi goreng	38625	••	•••	•
	958627	Vegetarische moussaka	38627	••	•••	•
	958628	Vegetarische boerengehaktshotel	38628	•••	•••	•••
	958629	Groenten lasagne	38629	••	•••	•
	958630	Groenteburger in pestosaus	38630	••	•••	•••
	958631	Roerbakshotel met vegastukjes en noedels	38631	••	•••	•
	958633	Vegetarische madras	38633	••	•	•
	958635	Boerengehaktshotel met zoete aardappelpuree	38635	•••	••	••
	958636	Kalkoenbiefstukjes in dragonsaus	38636	•••	•••	•••
	958637	Kalfssaucijsjes in jus met meergroentenstamppot	38637	•••	•	•
KLEINE MAALTIJDEN, 300 GR	958638	Gesneden varkenshaas in champignonsaus	38638	•••	••	••
	958640	Nieuwpoorts vispannetje	38640	•••	•	•
	958641	Penne met zalm	38641	•••	•	•
	958643	Varkenshaas in satésaus	38643	•••	•••	•••
	958644	Wokschotel met kip in sesamsaus	38644	••	•••	•••
	958645	Vegetarische balletjes in ketjapsaus	38645	•••	•••	•••
	958646	Vegetarische schnitzel in champignonsaus	38646	•••	•	•
	956794	Brabantse snert	46794	••	•••	•
	956801	Goulashsoep	46801	•••	•••	•••
MAALTIJDSOEP	956804	4-seizoenensoep	46804	•••	••	••
	956806	Japanse noodlesoep vega	46806	•••	•••	•••
	958648	Rundergehaktballen in uienjus	38648	••	•	•
RONDVLEES	958649	Rundervink in mosterdsaus	38649	••	•	•
	958651	Runderstooflapje in jus	38651	•••	•••	•••
	958652	Sukadelapje in jus	38652	•••	•••	•••
GEVOGELTE	958653	Boerengehaktshotel	38653	••	••	••
	958654	Kipkarbonade bonne femme	38654	••	••	••
	958656	Kipfilet in champignonsaus	38656	•••	•	•
	958657	Kalkoenbiefstukjes in dragonsaus	38657	•••	•••	•••
	958658	Kip op Brabantse wijze	38658	•••	•••	•••

ZOUTARM

GEWICHT GRAM	ENERGIE KJ	ENERGIE KCAL	VET GRAM	W.V. VERZ VET GRAM	KOOLHYDR. GRAM	SUIKER GRAM	EIWITTEN GRAM	ZOUT GRAM	>150 GRAM GROENTE	EIWITRIJK
470	464	111	5,6	1,5	9,6	1,3	4,7	0,64		
470	395	95	4,5	1,8	9,3	1,4	3,7	0,45	✓	
470	466	112	4,6	1,8	11,8	2,4	4,4	0,61	✓	
470	441	106	5,5	2,0	7,9	2,4	5,4	0,80	✓	✓
470	364	87	2,0	0,8	10,6	3,6	5,3	0,74	✓	✓
470	407	97	3,8	1,1	8,8	2,0	6,2	0,87	✓	✓
470	372	88	2,3	0,6	12,5	5,9	4,6	0,61	✓	✓
470	543	129	4,5	1,9	14,2	1,2	7,0	0,88	✓	✓
470	501	120	5,1	1,3	10,5	1,2	7,2	0,82		✓
470	396	95	4,5	2,0	7,4	1,6	5,3	0,78	✓	✓
470	362	86	3,1	0,9	10,1	4,1	3,6	0,75	✓	
470	382	91	3,2	0,6	9,8	4,5	4,8	0,93	✓	✓
470	612	147	7,6	2,3	14,1	1,9	4,4	0,96	✓	
470	528	127	7,8	3,1	8,4	1,2	5,1	0,77		
470	348	83	2,8	1,2	8,1	1,2	5,6	0,72		✓
470	312	75	1,6	0,5	10,1	3,0	4,9	0,83	✓	✓
470	471	113	6,7	2,8	8,7	1,3	4,0	0,84		
470	370	88	3,3	1,2	8,5	1,6	5,4	0,89		✓
470	496	119	7,0	2,1	7,7	2,2	5,2	0,84	✓	
470	460	110	5,6	1,6	9,1	1,6	4,7	0,52	✓	
470	444	106	6,0	1,9	9,2	1,9	3,3	0,96	✓	
470	400	96	4,8	1,6	8,7	2,3	3,7	0,88	✓	
470	467	112	6,1	1,4	7,4	1,8	5,8	0,67	✓	✓
470	410	98	3,8	1,8	9,8	2,3	5,1	0,59	✓	✓
470	463	111	5,0	2,1	9,7	2,8	5,6	0,67	✓	✓
470	506	121	6,2	2,2	11,9	1,9	3,7	0,75	✓	
470	643	154	7,4	2,9	15,0	1,5	6,2	0,83		
470	542	130	4,4	1,7	16,5	2,8	5,4	0,83		
470	499	120	5,6	0,8	13,4	3,8	4,0	0,63		
470	520	124	4,5	2,1	12,4	1,4	7,0	0,71		✓
470	491	117	4,6	1,4	13,3	4,0	4,9	0,92		
470	455	108	3,3	0,5	13,5	2,4	5,6	0,87	✓	✓
470	563	134	5,2	3,7	14,3	1,6	6,4	0,72	✓	
470	548	131	4,9	1,2	14,0	4,9	6,9	0,87		✓
470	445	106	2,2	0,7	17,1	5,1	4,4	0,73		
470	437	104	3,3	2,1	13,4	2,5	5,5	0,63	✓	✓
470	427	101	2,3	0,7	14,9	3,2	4,4	0,88	✓	
470	431	103	4,9	1,3	10,1	3,2	4,0	0,73		
470	302	72	2,3	0,4	10,2	3,9	1,9	0,78	✓	
470	404	97	4,6	0,7	8,6	1,3	4,7	0,82		✓
470	546	130	5,1	0,9	17,0	5,4	3,5	0,94		
470	465	111	5,2	1,2	11,9	4,1	3,8	0,64		
470	357	85	2,7	0,5	10,6	4,2	3,5	0,85	✓	
470	436	104	4,0	0,8	13,4	4,5	2,7	0,64	✓	
470	405	97	3,0	0,8	11,0	2,7	5,4	0,64	✓	✓
470	543	130	2,6	0,6	19,9	4,6	5,9	0,87		
470	553	131	4,5	3,6	14,9	1,5	6,4	0,76	✓	
300	452	108	4,5	1,5	9,5	3,5	6,7	1,08		✓
300	384	91	2,2	0,5	7,9	1,4	9,2	0,65		✓
300	502	120	6,1	2,2	9,0	1,2	6,7	0,86		✓
300	367	88	3,6	1,2	5,9	1,6	7,0	0,89		✓
300	412	99	4,5	1,8	6,8	1,3	6,7	0,53		✓
300	626	149	7,8	2,4	11,5	1,8	7,4	0,58		✓
300	575	135	4,6	1,3	15,3	6,7	7,8	0,89		✓
300	665	158	6,6	1,1	16,0	4,5	7,8	0,90		✓
300	526	123	1,8	0,3	18,3	8,1	7,6	0,62		✓
300	575	137	5,8	1,5	13,1	2,0	6,9	1,09		✓
500	430	103	2,8	1,1	12,6	1,8	5,9	0,84	✓	✓
500	235	56	1,7	0,4	5,5	1,7	3,7	0,88	✓	✓
500	325	78	4,5	1,0	4,9	1,9	4,0	0,90	✓	✓
500	180	43	0,5	0,1	6,5	0,5	2,8	1,00	✓	✓
470	418	100	4,8	1,8	9,3	1,3	4,3	0,18	✓	
470	431	103	4,2	1,7	10,8	2,8	4,3	0,29	✓	
470	312	74	1,1	0,2	10,5	3,5	4,4	0,14	✓	✓
470	354	85	3,2	0,8	8,4	1,8	4,8	0,23	✓	✓
470	418	100	4,1	1,2	10,3	3,5	4,6	0,30	✓	
470	478	114	5,1	1,3	8,9	1,2	7,4	0,30	✓	✓
470	398	95	4,6	2,0	7,2	1,4	5,4	0,22	✓	✓
470	381	91	2,0	0,4	9,7	1,6	7,3	0,16	✓	✓
470	344	82	2,5	0,6	9,7	3,8	4,3	0,16	✓	✓

VOEDINGSWIJZER

PER 100 GRAM

ZOUTARM

	MENU	OMSCHRIJVING	ART. NR.	ENERGIE BEPERKT	LAAG IN VERZ. VET	RICHTLIJN DIABETES	
STAMPOT	958659	Boerenkoolstampot met rookworst in jus	38659	••	•	•	
	958660	Hutspot met Hollandse hachee	38660	•••	•••	•••	
	958661	Andijviestampot spekjes, kipfilet in uienjus	38661	•••	••	••	
	958662	Zuurkoolstampot met speklapjes in mosterdjus	38662	••	•	•	
	VARKEN	958664	Gesneden varkenshaas in champignonsaus	38664	•••	••	••
		958665	Verse worst in jus met gesmoorde zuurkool	38665	••	•	•
		958666	Gebakken zalmfilet in Normandische saus	38666	••	••	••
	VIS	958667	Nieuwpoorts vispannetje	38667	•••	•	•
		958669	Lekkerbekje in kerrie-gembersaus	38669	••	•	•
		958670	Gepaneerde visfilet met hollandaisesaus	38670	••	•	•
958672		Penne met zalm	38672	••	•	•	
PASTA	958673	Macaroni ham-kaas	38673	••	•	•	
	958674	Lasagne zalm	38674	••	••	•	
	958675	Lasagne bolognese met kaas	38675	••	•••	•	
	958677	Spaghetti bolognese met kaas	38677	••	•••	•	
	958678	Varkenshaas in satésaus	38678	••	•••	•	
WERELDS	958679	Kip madras	38679	••	•	•	
	958680	Babi pangang met pikante groenten ananas	38680	••	•••	•	
	958681	Runder moussaka	38681	••	••	•	
	958682	Woksotel met kip in sesamsaus	38682	••	•••	•	
	958683	Vegetarische balletjes in ketjapsaus	38683	••	•••	•	
	958685	Vegetarische boerengehaktshotel	38685	•••	•••	•••	
	958686	Foe yong hai met nasi goreng	38686	••	•••	•	
	958688	Hachee van paddenstoelen	38688	•••	•••	•••	
VEGETARISCH	958690	Vegetarische moussaka	38690	••	•••	•	
	958691	Groenten lasagne	38691	••	•••	•	

GEMALEN

RONDVLEES	958693	Runderstooflapje in jus	38693	•••	•••	•••
	958694	Hutspot met Hollandse hachee	38694	•••	•••	•
	958695	Boerengehaktshotel	38695	••	••	•
VARKEN	958696	Boerenkoolstampot met rookworst met jus	38696	••	•	•
	958698	Babi pangang met pikante groente-ananas	38698	•••	•••	•
	958699	Verse worst in jus	38699	•	•	•
	958700	Kipfilet in champignonsaus	38700	••	••	••
GEVOGELTE	958701	Kip op Brabantse wijze	38701	••	•••	•
	958703	Kip-kerrie met doperwt en notenrijst	38703	••	•	•
	958704	Gebakken zalmfilet in Normandische saus	38704	••	•	•
	958705	Nieuwpoorts vispannetje	38705	••	••	••
VIS	958706	Penne met zalm	38706	••	•	•
	958708	Foe yong hai met nasi goreng	38708	••	•••	•
	958709	Hachee van paddenstoelen	38709	•••	•••	•
VEGETARISCH	958711	Vegetarische balletjes in ketjapsaus	38711	••	•••	•
	958712	Vegetarische rookworst met boerenkool	38712	••	•••	•••

GEMALEN ZOUTARM

RONDVLEES	958713	Runderstooflapje in jus	38713	•••	•••	•••
	958714	Hutspot met Hollandse hachee	38714	•••	•••	•
	958716	Boerengehaktshotel	38716	••	••	•
VARKEN	958717	Boerenkoolstampot met rookworst met jus	38717	••	•	•
	958718	Babi pangang met pikante groente-ananas	38718	••	•••	•
	958719	Verse worst in jus	38719	••	•	•
	958720	Kipfilet in champignonsaus	38720	••	••	••
GEVOGELTE	958721	Kip op Brabantse wijze	38721	•••	•••	•
	958722	Kip-kerrie met doperwt en notenrijst	38722	••	•	•
	958724	Gebakken zalmfilet in Normandische saus	38724	••	•	•
	958725	Nieuwpoorts vispannetje	38725	••	••	••
VIS	958726	Penne met zalm	38726	••	•	•
	958727	Foe yong hai met nasi goreng	38727	•••	•••	•
	958729	Hachee van paddenstoelen	38729	•••	•••	•
VEGA	958730	Vegetarische balletjes in ketjapsaus	38730	••	•••	•

GLUTEN- EN LACTOSEVRIJ

958732	Sukadelapje in jus vieslook	38732	•••	••	••
958733	Hutspot met Hollandse hachee	38733	•••	•••	•••
958734	Babi pangang met pikante groenten ananas	38734	••	•••	•
958735	Kipsaté met atjar tjampoer	38735	••	•••	•
958737	Rundertartaartje in jus en boerenkool	38737	•••	•••	•••
958738	Gebakken zalmfilet in Normandische saus	38738	••	•••	•••
958739	Kipfilet in champignonsaus	38739	•••	•••	•••
958740	Hachee van paddenstoelen	38740	•••	•••	•••
958741	Pasta bolognese	38741	••	•••	•

GLUTEN- EN LACTOSEVRIJ ZOUTARM

958742	Sukadelapje in jus	38742	•••	•••	•••
958743	Hutspot met Hollandse hachee	38743	•••	•••	•••
958745	Babi pangang met pikante groenten ananas	38745	••	•••	•
958746	Gebakken zalmfilet in Normandische saus	38746	••	•••	•••
958747	Kipfilet in champignonsaus	38747	•••	•••	•••
958748	Hachee van paddenstoelen	38748	•••	•••	•••
958750	Pasta bolognese	38750	••	•••	•

GEWICHT GRAM	ENERGIE KJ	ENERGIE KCAL	VET GRAM	W.V. VERZ VET GRAM	KOOLHYDR. GRAM	SUIKER GRAM	EIWITTEN GRAM	ZOUT GRAM	>150 GRAM GROENTE	EIWITRIJK
470	491	118	6,3	2,5	8,8	0,9	5,8	0,23		✓
470	326	78	1,6	0,5	9,7	2,9	5,2	0,21		✓
470	347	83	2,8	1,2	7,9	1,0	5,8	0,22		✓
470	475	114	6,6	2,8	8,7	1,4	4,3	0,25		
470	355	85	3,5	1,2	6,6	1,7	5,7	0,19		✓
470	525	126	7,2	2,8	9,7	2,6	4,6	0,21	✓	
470	460	110	6,1	1,4	7,2	1,5	5,8	0,22	✓	✓
470	382	92	3,8	1,6	8,1	1,4	4,6	0,15	✓	✓
470	462	111	5,1	2,1	9,6	2,7	5,6	0,17	✓	✓
470	508	122	6,1	2,2	11,7	1,7	4,3	0,25	✓	
470	565	135	6,5	2,3	12,3	1,8	5,6	0,18		
470	633	151	7,1	2,3	15,7	1,6	5,6	0,23		
470	494	118	4,6	1,4	13,3	4,0	5,0	0,15		
470	512	122	5,8	0,9	12,3	2,9	4,7	0,14		
470	524	125	3,6	1,3	15,9	2,7	6,2	0,26		✓
470	517	123	3,7	0,9	15,0	7,7	6,6	0,24	✓	✓
470	540	128	4,5	3,5	13,9	1,2	6,9	0,21	✓	✓
470	502	120	2,6	0,7	17,7	6,0	6,2	0,24		✓
470	439	105	4,9	1,3	11,1	3,2	4,5	0,20		
470	582	138	4,5	0,5	17,6	3,3	5,9	0,25		
470	437	104	1,5	0,2	15,9	7,4	5,7	0,23	✓	✓
470	384	92	2,7	0,4	10,8	3,9	4,8	0,17	✓	✓
470	441	105	4,2	0,8	12,1	3,8	4,2	0,24	✓	
470	366	87	2,9	0,5	10,0	3,5	4,2	0,25	✓	
470	478	115	5,2	1,2	12,0	4,1	4,3	0,17		
470	468	112	4,1	0,8	13,4	4,1	4,3	0,16	✓	
490	363	87	2,5	0,6	11,2	3,7	4,5	0,81	✓	✓
490	340	81	1,6	0,4	12,0	3,2	4,5	0,91	✓	✓
490	437	105	4,8	1,4	10,9	3,8	3,5	1,07	✓	
490	499	120	6,7	2,2	10,1	1,5	4,1	0,83		
490	376	89	1,6	0,4	15,2	6,9	2,8	0,77	✓	
490	645	154	10,7	3,5	7,8	1,7	6,2	1,19	✓	
490	405	97	4,0	1,2	9,6	1,9	5,0	0,87	✓	✓
490	393	94	3,1	0,9	11,9	4,0	3,5	0,80	✓	
490	438	104	3,6	1,7	11,1	1,2	5,9	0,74	✓	✓
490	483	115	5,9	1,7	9,6	1,9	5,1	0,70	✓	
490	399	96	3,8	1,4	9,4	1,5	5,0	0,74	✓	✓
490	492	118	6,0	2,6	10,3	1,9	4,7	0,53		
490	442	105	4,0	0,7	13,7	5,2	3,0	0,83		
490	364	87	2,6	0,4	13,0	4,3	1,9	0,76	✓	
490	452	106	1,2	0,2	18,2	8,1	4,9	0,61	✓	
490	458	110	5,2	0,8	10,1	1,6	4,9	0,89		
490	384	91	2,6	0,6	11,3	3,6	4,8	0,24	✓	✓
490	352	84	1,6	0,5	11,6	3,0	4,8	0,25	✓	✓
490	443	106	5,1	1,4	10,8	3,6	3,4	0,44	✓	
490	483	116	5,5	1,8	11,0	1,3	4,9	0,25	✓	
490	402	95	2,1	0,5	14,2	6,9	4,4	0,26	✓	
490	460	110	5,7	1,9	9,9	1,6	3,9	0,24	✓	
490	400	96	4,1	1,3	9,5	1,7	4,5	0,24	✓	
490	376	90	2,5	0,6	11,5	3,7	4,2	0,20	✓	
490	431	103	3,7	1,8	11,0	1,1	5,4	0,27	✓	✓
490	477	114	5,8	1,7	9,4	1,7	5,1	0,25	✓	
490	403	97	3,8	1,3	9,4	1,4	5,1	0,26	✓	✓
490	487	117	6,0	2,6	10,0	1,7	4,6	0,18		
490	344	82	1,9	0,3	13,4	4,7	2,2	0,24	✓	
490	358	85	2,5	0,4	12,7	4,1	2,0	0,26	✓	
490	398	94	0,9	0,1	16,5	7,5	4,1	0,25	✓	
470	383	92	4,2	1,0	6,3	1,4	6,4	0,85	✓	✓
470	332	79	1,9	0,5	9,8	3,0	5,1	0,88	✓	✓
470	455	108	2,6	0,6	15,1	6,5	5,6	0,67	✓	✓
470	496	118	3,8	1,2	13,9	4,3	6,4	0,83	✓	✓
470	349	84	2,6	0,6	8,8	1,1	5,6	0,83		✓
470	432	103	5,5	0,8	6,9	1,5	5,7	0,64	✓	✓
470	347	83	2,5	0,4	8,8	1,5	5,6	0,67	✓	✓
470	261	62	0,7	0,1	11,3	3,8	1,7	0,55	✓	
470	581	138	3,1	0,8	22,4	2,7	4,1	0,71		
470	329	79	3,6	0,7	5,8	1,3	5,0	0,16		✓
470	314	75	1,6	0,4	9,6	2,9	4,8	0,25	✓	✓
470	456	108	2,6	0,6	15,2	6,5	5,5	0,25	✓	✓
470	422	101	5,5	0,8	6,5	1,3	5,6	0,26	✓	✓
470	327	78	2,6	0,4	8,4	1,3	4,8	0,26	✓	✓
470	261	62	0,8	0,1	11,1	3,6	1,7	0,16	✓	
470	578	137	3,1	0,8	22,4	2,6	4,1	0,15	✓	

Ontdek nu ook het gemak van online eten bestellen

WWW.DEMAALTIJDSERVICE.NL



De Maaltijdservice is sinds 1994 dé aanbieder van heerlijke maaltijden in Noord- en Midden-Limburg en een gedeelte van Noord-Brabant.

Bestel nu ook online

Bekijk nu onze nieuwe webshop www.demaaltijdservice.nl en ontdek het gemak van online maaltijden bestellen.

De voordelen

Gemak

Op elk gewenst moment, waar dan ook, uw bestelling plaatsen.

Inzicht in bestellingen

Eenvoudig zien wat besteld is en wanneer het geleverd wordt.

Eenvoudig & snel bestellen

Herhaalbestellingen zijn snel te maken.

Betaal eenvoudig, snel en veilig

Via iDEAL, strippenkaart of (digitale) automatische incasso.

ACTIE
€5,- KORTING
op bestelling

Proberen met korting

Probeer nu tegen gereduceerd tarief onze webshop. Door het invullen van de couponcode SMAKELIJK, ontvangt u eenmalig een korting van € 5,- op uw bestelling. Ga naar onze website voor de actievoorwaarden.

→ ... DE MAALTIJDSERVICE ...
T. 0478-745074

De lekkerste maaltijden gratis bij u thuisbezorgd!