

MAALTIJDBROCHURE LENTE/ZOMER 2019

SMAKELIJK

KOELVERS

2019

DEZE KEER IN
SMAKELIJK

100% PLANTAARDIG

OM TE SMULLEN

AMBACHT CENTRAAL

BEWAAR
BEWAREN TOT
21 SEPTEMBER 2019
EXEMPLAAR

→ DE MAALTIJDSERVICE →
T. 0478-745074

Ook online te bestellen!

OPWARMINSTRUCTIE

Wij hechten veel waarde aan gezonde voeding. Onze koelverse maaltijden worden met de grootste zorg samengesteld en zijn gevarieerd en gezond. Maar vooral zijn uw maaltijden en soepen gemakkelijk: **Kant-en-klaar en héél lekker!**

MAKKELIJK BEWAREN

Koelverse maaltijden en soepen bewaart u eenvoudig in uw koelkast. Op die manier blijven uw maaltijden minimaal een week goed.



VERWARMEN IN VERPAKKING

U kunt uw maaltijd of soep in de verpakking verwarmen in de magnetron. Prik wel eerst gaatjes in de afdekfolie van elk vakje en wacht na het verwarmen een minuutje, zodat de folie is afgekoeld.



VERWARMEN OP BORD

Beter is om de maaltijd of soep koud over te scheppen op een bord dat geschikt is voor de magnetron. Het bord plaatst u in de magnetron met een magnetronkap eroverheen.



VERWARMADVIES

Stel de magnetron in op 550 watt (raadpleeg uw gebruiksaanwijzing) en verwarm als volgt: 1 maaltijd op 8 minuten, 2 maaltijden op 14 tot 16 minuten, 1 kop soep op 3 minuten, 2 koppen soep op 4 tot 6 minuten.



SMAKELIJK ETEN!



INHOUD

In deze Smakelijk zijn alle soepen, maaltijden, salades en toetjes met een foto afgebeeld. Ook vindt u een overzicht van de dieetvarianten en de voedingswaarden. De pagina's zijn in de volgende categorieën ingedeeld.

4 **Natuurlijk lekker**

5 **Wisselmenu's: Feestelijke voorjaarsmenu's**



6 - 7 **Soepen**

8 - 11 **Rundvlees maaltijden**

12 - 14 **Kip en kalkoenvlees maaltijden**

15 - 17 **Varkensvlees maaltijden**

18 - 19 **Vis maaltijden**

20 - 22 **Vegetarische maaltijden**

22 **Salade / Compote**

23 **Wisselmenu's: Asperges**

24 - 25 **Toetjes**



26 - 27 **Menukaart zoutarm**

28 **Menukaart gluten- en lactosevrij**

29 **Menukaart gemalen**

30 **Menukaart zoutarm-gemalen**

31 **Wisselmenu's: Van onze zuiderburen**

32 - 33 **Voedingswaarden maaltijden**

34 - 35 **Voedingswaarden zoutarme maaltijden**

36 - 37 **Voedingswaarden gemalen en gluten-en lactosevrije maaltijden**

38 - 39 **Voedingswaarden bijgerechten**



natuurlijk lekker



Smaakvol en gezond gaan tegenwoordig uitstekend samen. Onze nieuwe voedingslijn 'Natuurlijk Lekker' is daar het bewijs van. Geniet van 100% plantaardige gerechten, in een handomdraai op uw bord!

Powerfood: zoutarm en eiwitverrijkt

De gerechten van 'Natuurlijk Lekker' zijn niet alleen erg smaakvol, maar ook uitermate gezond. 100% natuurlijk en bomvol eiwit! Echt powerfood dus!

Van groentepaella tot kikkererwentajine

Ons aanbod is zeer divers en met veel zorg ontwikkeld. Van groentepaella en rode lizencurry tot en met parelgortrisotto en kikkererwentajine: allemaal 100% natuurlijk, ontzettend gezond en... niet te weerstaan!

Rechtstreeks uit de natuur...

Volwaardige 100% plantaardige maaltijd
Aanbevolen wordt om dagelijks verschillende eiwitbronnen te combineren voor een complete veganistische voeding met voldoende eiwit. Dit concept is zo ontwikkeld dat er rekening gehouden is met deze combinaties zodat er een volwaardige 100% plantaardige maaltijd geserveerd kan worden.



Feestelijke voorjaarmenu's

Begin het voorjaar extra feestelijk met deze kleurrijke wisselmenu's, smakelijk!

2

3

1

Deze wisselmenu's zijn leverbaar van week 12 tot en met week 17.

1. Kalkoenrollade met dragonjus en sjalot-tomatencompote, groentemix en gebakken krielaardappel 2. Varkenshaas met champignon-pepersaus bonne femme 3. Ragout van witte bonen met champignons, vegetarische roerbakstukjes en preistampot met kerrie

Deze gerechten zijn ook zoutarm verkrijgbaar.



HELDERE SOEPEN

1
Z-



Groentesoep met balletjes

2
Z-



Kippensoep met vermicelli



Runderbouillon

3
Z-



Venkelsoep met dille
vegetarisch

4
Z-



Tomatensoep met prei
vegetarisch

5
Z-

6
Z-



Tom ka kai

7
Z-



Pot-au-feu

GEBONDEN SOEPEN



Tomatensoep met balletjes



Spinaziesoep vegetarisch



Champignonsoep met rundvlees



Javaanse kerriesoep



Koninginnesoep met kip



Minestrone soep vegetarisch



Paddenstoelsoep vegetarisch




Bloemkoolsoep vegetarisch

EIWITRIJKE MAALTIJDEN

Eiwitten zijn belangrijke voedingsstoffen voor de groei en ontwikkeling van het lichaam. Voldoende energie en eiwit is belangrijk voor lichamelijk herstel na bijvoorbeeld ziekte of een operatie.

Wij bieden u daarom een uitgebreid assortiment eiwitrijke maaltijden, geschikt voor mensen met een verhoogd risico op ondervoeding. Onze maaltijden zijn samengesteld door onze voedingsdeskundige en worden door professionele koks bereid.

 Middels dit icoon kunt u snel zien of de maaltijd eiwitrijk is!



Wisselmenu's


Deze gerechten wisselen regelmatig. Wij informeren u tijdig over de wisselmenu's middels een flyer. Een overzicht van de wisselmenu's vindt u ook op pagina 5, 23 en 31.



B
4
Z-
4 

Mals rundertartaartje met jus, sperziebonen met nootmuskaat en gekookte aardappelen



C
5
Z-
5 

Grootmoeders hachee met frisse rode bietjes en luchtige aardappelpuree met tuinkruiden



C
14
Z-
6

Rundergehaktballen in zacht-zoete jus met een stampotje van peer en aardappel



A
7
Z-
7

Gebraden runderworst met jus en zuurkool met garnituur van ananas en rozijnen met gekookte aardappelen



STAMPPOTJE MET KALFSVLEESBALLETJES NR. 16



C

8
Z-

8



Gebraaden rundervink in een romige mosterdsaus met gesmoorde kruidige spitskool en gekookte aardappelen

A

9
Z-

9



Pastaschotel van elleboogmacaroni, geruld gehakt, tomaat en Italiaanse kruiden



B

10

Z-



10

Aziatische runderstoverij met limoenblad met pittige boontjes met kokos en pinda's en witte rijst



B

6

Z-

11

Ambachtelijk zuurvlees van rund op Limburgse wijze met azijn, laurier, kruidnagel, ontbijtkoek en uienringen met snijbonen en gekruide aardappelblokjes



B

11

Z-



12

Rundergoulash met knoflook en paprika, grove doperwt en zilvervriesrijst met mais, ui, wortel en kruiden



A

13

Kleine kalfsgehaktballetjes in een kruidige saus van paprika, tomaat en knoflook met doperwtjes en worteltjes en gekookte spiraalpasta



B

12

Z-



14

Een ouderwets lekkere gehaktschotel met prei, tomaat, wortel, paprika en knolselderie en een frisse puree met bieslook



B

15

Gebakken lamsburgers in een zoet-zure saus met paprika en champignon, koolrabi met Provençaalse kruiden en peterselie, gebakken rösti



B

16

Kalfsvleesballetjes met Haagse hopjesjus met een stamppotje van zoete aardappel





C

13
Z-

17

Mals gestoofd runderlapje in een vleesjus, Hollandse rode kool met appeltjes en aardappelpuree



A

18

Schotel van spaghetti met kalfsgehaktballetjes in een pittige tomatensaus met gemengde groenten



B

17
Z-

19

Kruidige schotel van bruine bonen en kidneybonen en rundvlees met diverse groenten en Mexicaanse kruiden met witte rijst



B

15
Z-

20

Romige rundergehaktstotel met prei, bloemkool, gekookte krieltjes, masala-kerrie met Emmentaler- en Gruyère kaas



C

16
Z-

21

Langzaam gegaarde rundersukade met jus, bloemkool in een romig sausje en luchtige aardappelpuree met bieslook



B

22

Gebakken kalfsworstjes in een saus van honing en mosterd met romige andijvie en aardappelen.



KIP EN KALKOENVLEES



VOLKOREN PASTASCHOTEL MET KIP NR. 36



B

18
Z-

23

Gebakken kipfilet met kippenjus, witlof gestoofd in eigen vocht en aardappelpuree met dille, peterselie en tijm



B

20
Z-

25

Heerlijke malse kippenbout op een garnituur van aardappel, sperziebonen, wortel, erwten, champignon, zilveruitjes en spekjes



C

22
Z-

27

Kipfiletstukjes in een zoet-pittige pindasaus met gesmoorde kokosgroenten en gebakken nasi



C

19
Z-

24

Gebakken kalkoenmedaillons in een romige dragonsaus, gesmoorde tuinbonen met ui en gekruide aardappelblokjes



A

21
Z-

26

Rijk gevulde kippenragout met champignons, ui, prei, erwten en wortel met een witte rijstschotel met diverse groenten



B

23
Z-

28

Gebakken kippenpootjes in jus met geglaceerde sperziebonen en gebakken gekruide krielaardappeltjes



A

24
Z-

29

Gebakken kalkoenmedaillons in een romige kerriesaus met gekruide groentemix met o.a. bonen, wortel, mais en paprika en gekookte aardappelen





KIP EN KALKOENVLEES



C

25
Z-

30

Brabants stoofpotje met kip, pruimen, steranijs en komijn, Parijse worteltjes en een luchtige aardappelpuree



B

26
Z-

32

Gebakken kipfilet in uienjus met een luchtige stampot van aardappel en andijvie



B

28
Z-

34

Gebakken kippendij in kippenjus met gesmoorde prei met kerrie en kruiden en gekookte aardappelen



B

31

Gebakken kipfilet in een romige champignonsaus met broccoli en mini-röstirondjes



B

27
Z-

33

Eenpansgerecht op basis van specerijen met kip, groenten en aardappel



C

29
Z-

35

Kruidig gebakken kipkarbonade met jus, zoetzure rode bietjes met zilveruitjes en gebakken aardappelblokjes



A

30
Z-

36

Pastaschotel van volkoren spaghetti, gemengd met groenten en gebakken kippdijblokjes in een saus van tomaat, olijven, kappertjes en peterselie



GEHAKTBALLEN MET KAPUCIJNERS EN SPEK NR. 37



B

31
Z-

37

Oer-Hollandse varkensgehaktballen met een regionaal recept van kapucijners met spek en krielaardappeltjes met peterselie en bieslook

B

32
Z-

38



Gekruide speklapjes met heldere jus en een traditionele preistamppot



A

33

Z-

39

Varkensvleesreepjes met ketjapsaus met pittig gekruide groenten en gekookte witte rijst



C

34

Z-

40

Gegrilde varkensreepjes in een kruidige ketjapsaus met Oosterse groenten en ananas en gebakken bami



C

41

Gekruide varkensfricandeau met een compote van sjalotten, paprika, rozijnen, rode wijn en knoflook met broccoli en gebakken krieltjes



A

36

Z-

42

Licht gekruide en gebraden varkenssaucijs met jus, ambachtelijke rode-kool met appeltjes en luchtige aardappelpuree



B

37

Z-

43

Gebraden varkenslapje in een milde pepersaus, bloemkool met een romige bechamelsaus met kerrie en grove gebakken aardappelen



C

38

Z-

44

Gebakken varkenshaasstukjes in een romige champignonsaus met spinazie à la crème en gekookte aardappelen



B

39
Z-

45

Mager varkenslapje in een lichte jus, sperziebonen met nootmuskaat en aardappelpuree met tuinkruiden



A

41
Z-

47

Malse varkensgehaktballen in jus, gesmoorde rode kool met appeltjes en kaneel en gekookte aardappelen



A

49

Gebakken varkensworstjes met uienjus, groentemix van sperziebonen, boterbonen en Parijse worteltjes en kruimig gekookte aardappel



A

40
Z-

46

Spaghettischotel met een romige saus van spek, ei, knoflook en kaas met smeùige fijne tuinerwten met rode pesto en basilicum



B

35
Z-

48

Gestoofd varkensvlees met ui, champignons en laurier met een heerlijke huisgemaakte rabarbercompote en aardappelpuree



C

43
Z-

50

Gestoofde karbonade met jus, romige witlof met spek, gekookte krielaardappeltjes



B

42
Z-

51

Varkensgehakt omringd met een speklapje, een mix van doperwten met worteltjes en gekookte aardappeltjes



B

46
Z-

53 

Gefrituurde witvisstukjes met een saus van augurk, kappertjes en verse kruiden, en groentemix met o.a. bonen, wortel, mais en paprika met gebakken krielaardappeltjes



B

44
Z-

52 

Gemarineerde zalm en kabeljauwstukjes in een romige mosterdsaus met volkoren spaghetti en prei, venkel, waspeen, champignon en rode paprika



C

45
Z-

54 

Gestoofde kabeljauwfilet in een saus van rode pesto en tomaat met broccoli, bloemkool en wortel en gekookte aardappelen



VISBURGER MET PROVENÇAALSE GROENTE NR. 57



B

48
Z-

55

Gepocheerde pangafilet in een saus van tomaat, knoflook en Provençaalse kruiden, geglaceerde Parijse worteltjes met bieslook en aardappelpuree



C

57

Gebakken witvisburger in een romige vissaus met verse prei, gesmoorde groentemix van tomaat, courgette, ui en paprika met Provençaalse kruiden en gebakken aardappeltjes



C

47
Z-

59

In beslag gebakken witvis met zoete gember kerriesaus en stampot van wortel, erwten, selderij, venkel, mais, kool en mosterd



C

49
Z-

56

Diverse zeevruchten met garnalen en witvis in een kruidige Oosterse sesamsaus en nasi met ei, prei en winterpeen



C

50
Z-

58

Gebakken zalmfilet met een Normandische saus van Provençaalse kruiden, courgette, paprika, bladspinazie en luchtige aardappelpuree met bieslook



C

60

Zalmstukjes in een luchtige eiersaus met roomboter en een vleugje citroen, gesmoorde prei met kerrie en gebakken aardappelrösti



C

51
Z-

61

Vlinderpasta met tonijn, gamba's, courgette, rode en gele paprika in een pittige tomatensaus met olijven en kappertjes



ROERBAKSTUKJES MET GRIEKSE PASTA-RIJST NR. 66



A

63

Gegrilde sojastukjes in een saus van tomaat, ui, knoflook, peterselie en chilipoeder met een zilvervliesrijstschotel met diverse groenten



B

52

Z

62

Vegetarische balletjes met pindasaus, gemengde Oosterse groenten met onder andere bamboe, paprika, prei en wortel met nasi goreng



A

64

Pastaschotel van volkoren macaroni met een saus van vegetarisch gehakt, tomaat, prei en paprika



B

54
Z-

65

Omelet met champignons in een saus van rode wijn en Provençaalse kruiden, Parijse worteltjes en een zachte aardappelpuree



A

66

Roerbakstukjes in pestosaus met een groentemix van tomaat, venkel, bleekselderie, ui en wortel met knoflook en tijm, en smeùige Griekse pasta-rijst



A

67

Rijstgerecht met witte bonen, paprika, tuinerwten, champignons, ui, sperziebonen en selderij op smaak gebracht met saffraan, kerrie en knoflook



A

68

Schotel van borlottibonen met pijnboompitten, salie en tomaat met penne van kikkerwten



A

70

Vegetarische schijf gevuld met groenten in een milde peterseliesaus met uitjes en een spinaziestamppotje



B

69

Gerecht van rode linzen, tomaat, gember, masala-kerrie, komijn en koriander met wilde rijstmix



A

55
Z-

71

Smeùige schotel van parelgort, ui, knoflook, courgette en doperwten met witte peper, limoensap, olijfolie en gebrande hazelnoten



VEGETARISCH



B

56
Z-

72

Een luchtig gebakken eiergerecht in een saus van witte wijn, dragon en sjalotjes met geglaceerde tuinbonen met ui en gebakken krielaardappeltjes



B

73

Groentecurry met kikkerwten, sojabonen, wortel en sperziebonen met kokosroom en gele curry met zilvervliesrijst met gemengde noten



B

53
Z-

75

Vegetarische balletjes in een saus van grove mosterd en ui met geglaceerde sperzieboontjes en gekookte aardappelen



A

57
Z-

74

Gesmoord eenpansgerecht met kikkererwten, ui, tomaat, abrikoos en sinaasappelschil en gekookte krieltjes met kaneel, gember en komijn



SALADE/COMPOTE



1

Appel-rozijnencompote



2

Witte kool-kerriesalade



3

Komkommersalade

asperges: het witte goud

Lekker, we eten weer asperges!

1

3

2

Deze wisselmenu's zijn leverbaar van week 18 tot en met week 25.

1. Asperges brabanconne 2. Gebakken kippendijrolletje in stroganoffsaus met asperges à la crème en aardappelpuree met truffeltapenade 3. Aspergesoep met zalm

Deze gerechten zijn ook zoutarm verkrijgbaar.



- 1 Chocoladevla
- 2 Vanillevla
- 3 Karamelvla
- 4 Vanille-chocoladevla
- 5 Advocaatvla
- 6 Citroenvla
- 7 Sinaasappelvla
- 8 Hazelnootvla



13



15



14



12



9



11



10



- 9 Yoghurt zwarte kersen
- 10 Yoghurt perzik-passievrucht
- 11 Yoghurt met aardbei
- 12 Yoghurt naturel (ongezoet)
- 13 Rijstepap vanille
- 14 Rijstepap appel-rozijnen-honing
- 15 Stoofpeertjes

menukaart ZOUTARM

RUNDVLEES

4	Rundertaartje met jus, sperziebonen en gekookte aardappelen	913499	B
5	Hachee met rode bietjes met zilveruitjes en aardappelpuree met tuinkruiden	912833	C
6	Limburgs zuurvlees met snijbonen en gebakken aardappeltjes	914173	B
7	Rundersaucijs met jus, gekookte aardappelen en zomerse zuurkool met ananas en rozijnen	913402	A
8	Rundervink met mosterdsaus, gestoofde spitskool en gekookte aardappelen	84513	C
9	Macaroni bolognese	170850	A
10	Daging rendang met sajourboontjes en witte rijst	84515	B
11	Hongaarse goulash met doperwten en zilervliesrijst-groenteschotel	84518	B
12	Boerengehaktshotel met aardappelpuree met bieslook	416748	B
13	Runderstooflapje met jus, rode kool met appeltjes en aardappelpuree	652920	C
14	Rundergehaktballen met hopjesjus en blauwe bliksem met peer	913389	C
15	Gehaktshotel met aardappel, bloemkool, prei en kerrie	84523	B
16	Sukadelapje met jus, bloemkool à la crème en aardappelpuree met bieslook	55479	C
17	Chili con carne met witte rijst	45647	B

KIP EN KALKOENVLEES

18	Kipfilet met kippenjus, gestoofde witlof naturel en aardappelpuree met tuinkruiden	653811	B
19	Kalkoenbiefstukjes in dragonsaus met gebakken aardappeltjes en tuinbonen met ui	653803	C
20	Kippenbout bonne femme	86899	B
21	Boeren kippenragout met witte rijst-groenteschotel	84526	A
22	Kip met satésaus, sajour lodeh en nasi goreng	45648	C
23	Drumsticks in kippenjus met sperziebonen en gebakken aardappeltjes	84528	B
24	Kalkoenmedaillons met kerriesaus, Mexicomix en gekookte aardappelen	912972	A
25	Kip op Brabantse wijze met Parijse worteltjes en aardappelpuree	312619	C
26	Kipfilet in uienjus met andijviestamppot	653683	B
27	Kiptajine	913240	B
28	Kippendijrolletje met kippenjus, gestoofde prei en gekookte aardappelen	84531	B
29	Kipkarbonade met kippenjus, rode bietjes met zilveruitjes en gebakken aardappeltjes	84534	C
30	Provençaalse volkorenpastaschotel met kip	27668	A



VARKENSVLEES

31	Gehaktballen met jus, kapucijners à la crème met spek en mini krieltjes met tuinkruiden	416832	B
32	Speklapjes met jus en preistamppot	791313	B
33	Babi ketjap met karee djawa en witte rijst	912626	A
34	Babi pangang met pikante groenten, ananas en bami goreng	271619	C
35	Hollands pannetje van varkensvlees met rabarbercompote en aardappelpuree	337949	B
36	Verse worst met jus, rode kool met appeltjes en aardappelpuree	648379	A
37	Hamlapje in pepersaus met gebakken roty aardappelen en bloemkool met bechamel-kerrie	84537	B
38	Varkenshaasstukjes in champignonsaus met spinazie à la crème en gekookte aardappelen	84540	C
39	Mager varkenslapje met jus, sperziebonen en aardappelpuree met tuinkruiden	653324	B
40	Spaghetti carbonara met Italiaanse tuinerwtjes	84543	A
41	Gehaktballen in jus met rode kool met appeltjes en gekookte aardappelen	84545	A
42	Slavink met jus, gekookte aardappelen en doperwtjes en worteltjes	416471	B
43	Halskarbonade in jus met gekookte krieltjes en witlof met spek	912985	C



VIS

44	Zalm en kabeljauw in mosterdsaus met groentemix en volkoren spaghetti	84548	B
45	Kabeljauwfilet in rode pestosaus met broccolimix en gekookte aardappelen	84550	C
46	Kibbeling met ravigotesaus met Mexicaanse groenten en gebakken krieltjes	658413	B
47	Lekkerbekje in kerrie-gembersaus met meergroentenstamppot	45651	C
48	Pangafilet in Provençaalse saus met Parijse worteltjes en aardappelpuree	658390	B
49	Nasi met zeevruchten en sesamsaus	84552	C
50	Gebakken zalmfilet met Normandische saus, bladspinazie en aardappelpuree met bieslook	87219	C
51	Farfalle met tonijn en gamba's in pittige tomatensaus	84555	C



VEGETARISCH

52	Vegetarische balletjes in satésaus met tjap tjoy en nasi goreng	913606	B
53	Vegetarische balletjes in romige mosterdsaus met sperziebonen en gekookte aardappelen	658081	B
54	Omelet champignon in Provençaalse saus met Parijse worteltjes en aardappelpuree	925129	B
55	Risotto van parelgort en doperwten	84561	A
56	Omelet in dragonsaus met gebakken krieltjes en tuinbonen met ui	657988	B
57	Tajine van kikkererwten met abrikozen en krieltjes	84565	A

GLUTEN- EN LACTOSEVRIJ

RONDVLEES

1	Rundertartaartje met jus, sperziebonen en gekookte aardappelen	913494	B
2	Hachee, rode bietjes met zilveruitjes en aardappelpuree met tuinkruiden	912841	C
3	Limburgs zuurvlees met snijbonen en gebakken aardappeltjes	914209	B
4	Boerengehaktschotel met aardappelpuree met bieslook	717115	B
5	Runderstooflapje met jus, rode kool met appeltjes en aardappelpuree	659273	C

KIP EN KALKOENVLEES

6	Kipfilet met kippenjus, gestoofde witlof naturel en aardappelpuree met tuinkruiden	660923	B
7	Kip satésaus, sajour lodeh en nasi goreng	45668	C
8	Boeren kippenragout en aardappelpuree met tuinkruiden	45669	A
9	Kip op Brabantse wijze met Parijse worteltjes en aardappelpuree	45670	C
10	Kipfilet in uienjus met andijviestamppot	660567	B

VARKENVLEES

11	Varkenslapje met jus, sperziebonen en aardappelpuree met tuinkruiden	660656	B
12	Varkensstoofpotje met groentemix en mini krieltjes	660106	B
13	Hamlapje in stroganoffsous met bloemkool à la crème en gekookte aardappelen	27643	B
14	Hollands pannetje van varkensvlees met rabarbercompote en aardappelpuree	45672	B
15	Halskarbonade in jus met witlof met spek en gekookte krieltjes	913009	C

VIS

16	Pangafilet in Provençaalse saus met Parijse worteltjes en aardappelpuree	660680	B
17	Gebakken zalmfilet met Normandische saus met bladspinazie en aardappelpuree	660716	C
18	Zalmfiletstukjes in kervelsaus en penne met groenten	914063	B

VEGETARISCH

19	Omelet champignon in Provençaalse saus met Parijse worteltjes en aardappelpuree	913326	B
20	Omelet in dragonsaus, tuinbonen met ui en gebakken krieltjes	660965	B

GEMALEN

RONDVLEES

1	Rundertartaartje met jus, sperziebonen en gekookte aardappelen	913509	B
2	Hachee met rode bietjes met zilveruitjes en aardappelpuree met tuinkruiden	912862	C
3	Rundersaucijs met jus, gekookte aardappelen en zuurkool met ananas en rozijnen	913397	A
4	Beef teriyaki met tjap tjoy met gele rijst	912647	B
5	Limburgs zuurvlees met snijbonen en gebakken aardappeltjes	914199	B
6	Boerengehaktschotel met aardappelpuree met bieslook	661547	B
7	Runderstooflapje met jus, rode kool met appeltjes en aardappelpuree	661495	C

KIP EN KALKOENVLEES

8	Kipfilet met kippenjus, gestoofde witlof naturel en aardappelpuree met tuinkruiden	661644	B
9	Kip met satésaus, sajour lodeh en nasi goreng	45653	C
10	Kalkoenmedaillons met kerriesaus, mexicomix en gekookte aardappelen	912964	A
11	Boeren kippenragout met aardappelpuree met tuinkruiden	45654	A
12	Kipfilet in uienjus met andijviestamppot	661767	B
13	Kip op Brabantse wijze met Parijse worteltjes en aardappelpuree	45655	C
14	Kip in Portugese saus met doperwtjes en zilvervliesrijst	45656	B

VARKENSVLEES

15	Varkensfiletlapje met jus, sperziebonen en aardappelpuree met tuinkruiden	661945	B
16	Speklapjes met jus en preistamppot	45658	B
17	Hamplapje in stroganoffsaus met bloemkool à la crème en gekookte aardappelen	27645	B
18	Hollands pannetje van varkensvlees met rabarbercompote en aardappelpuree	45659	B
19	Slavink met jus, gekookte aardappelen en doperwtjes en worteltjes	45661	B
20	Halskarbonade in jus met gekookte krieltjes en witlof met spek	913012	C

VIS

21	Zalm in mosterdsaus met groentemix en tagliatelle	662006	B
22	Pangafilet in Provençaalse saus met Parijse worteltjes en aardappelpuree	662014	B
23	Gebakken zalmfilet met Normandische saus, bladspinazie en aardappelpuree	662027	B
24	Zalmfiletstukjes in kervelsaus met penne met groenten	914068	B

VEGETARISCH

25	Vegetarische balletjes in satésaus met tjap tjoy en nasi goreng	913541	B
26	Vegetarische balletjes in mosterdsaus met sperziebonen en gekookte aardappelen	662187	B
27	Omelet champignon in Provençaalse saus met Parijse worteltjes en aardappelpuree	913350	B
28	Vegetarische boerengehaktschotel met aardappelpuree met bieslook	662276	B
29	Omelet in dragonsaus met gebakken krieltjes en tuinbonen met ui	666254	B
30	Kapucijners met amandel en dragon, bladspinazie en gekookte aardappelen	666262	B

ZOUTARM EN GEMALEN

RUNDVLEES

1	Rundertartaartje met jus, sperziebonen en gekookte aardappelen	913512	B
2	Hachee met rode bietjes met zilveruitjes en aardappelpuree met tuinkruiden	912867	C
3	Limburgs zuurvlees met snijbonen en gebakken aardappeltjes	914165	B
4	Boerengehaktschotel met aardappelpuree met bieslook	664171	B
5	Runderstooflapje met jus, rode kool met appeltjes en aardappelpuree	664155	C

KIP EN KALKOENVLEES

6	Kipfilet met kippenjus, gestoofde witlof naturel en aardappelpuree met tuinkruiden	664244	B
7	Kip met satésaus, sajour lodeh en nasi goreng	45662	B
8	Boeren kippenragout met aardappelpuree met tuinkruiden	45663	A
9	Kip op Brabantse wijze met Parijse worteltjes en aardappelpuree	45664	C
10	Kipfilet in uienjus met andijviestampot	664304	B

VARKENVLEES

11	Varkensfiletlapje met jus, sperziebonen en aardappelpuree met tuinkruiden	665261	B
12	Speklapjes met jus en preistampot	45666	B
13	Hamlapje in stroganoffsous met bloemkool à la crème en gekookte aardappelen	27644	B
14	Hollands pannetje van varkensvlees met rabarbercompote en aardappelpuree	45667	B
15	Halskarbonade in jus met gekookte krieltjes en witlof met spek	913017	B

VIS

16	Pangafilet in Provençaalse saus met Parijse worteltjes en aardappelpuree	665363	B
17	Gebakken zalmfilet met Normandische saus, bladspinazie en aardappelpuree	665428	C
18	Zalmfiletstukjes in kervelsaus met penne met groenten	914050	B

VEGETARISCH

19	Omelet champignon in Provençaalse saus met Parijse worteltjes en aardappelpuree	913355	B
20	Omelet in dragonsaus met gebakken krieltjes en tuinbonen met ui	27664	B

menu van onze zuiderburen

Om vast in de vakantiesfeer te komen. Eet smakelijk!

3

1

2

Deze wisselmenu's zijn leverbaar van week 26 tot en met week 37

1. Vol au vent met zomerse groentjes en aardappelpuree met bieslook 2. Ballekes in tomatensaus met rijst-groenteschotel 3. Runderstoofvlees op Vlaamse wijze met witlof met spek en krieltjes met tuinkruiden

Deze gerechten zijn ook zoutarm verkrijgbaar.

STANDAARD

VOEDINGSWIJZER

PER 100 GRAM

	MENU	OMSCHRIJVING	ART. NR.	ENERGIE BEPERKT	LAAG IN VERZ. VET	RICHTLIJN DIABETES	
RONDVLEES	4	Rundertartaartje, sperziebonen, gekookte aardappelen	913504	•••	•••	•••	
	5	Hachee, rode bietjes, aardappelpuree met tuinkruiden	912817	••	•••	•••	
	6	Rundergehaktballen, blauwe bliksem met peer	913384	••	•	•	
	7	Rundersaucijs, zomerse zuurkool, gekookte aardappelen	913392	••	•	•	
	8	Rundervink, spitskool, gekookte aardappelen	84511	••	•	•	
	9	Macaroni bolognese	170847	••	•••	•	
	10	Daging rendang, sajourboontjes, witte rijst	84514	••	•	•	
	11	Limburgs zuurvlees, snijbonen, gebakken aardappeltjes	914204	••	•••	•	
	12	Hongaarse goulash, doperwt en worteltjes, fusilli	84516	••	•••	•	
	13	Kalfsgehaktballetjes, doperwtjes en worteltjes, fusilli	84519	••	•••	•	
	14	Boerengehaktshotel, aardappelpuree met bieslook	411714	••	•••	•••	
	15	Lamsburgers, koolrabi met kruiden, röstirondjes	27665	••	•	•	
	16	Kalfsgehaktballetjes in jus, stampot zoete aardappel	913025	••	•••	•	
	17	Runderstooflapje, rodekool met appeltjes, aardappelpuree	312952	•••	•••	•••	
	18	Spaghetti met gehaktballetjes in kruidige tomatensaus	84521	••	•••	•	
	19	Chili con carne, witte rijst	45639	••	•••	•	
	20	Gehaktshotel met aardappel, bloemkool, prei en kerrie	84522	••	•	•	
	21	Sukadelapje, bloemkool à la crème, aardappelpuree bieslook	55005	••	•••	•••	
	22	Kalfssaucijsjes, andijvie à la crème, gekookte aardappelen	45640	••	••	••	
	KIP/KALKOENVLEES	23	Kipfilet, gestoofde witlof, aardappelpuree met tuinkruiden	653604	•••	•••	•••
		24	Kalkoenbiefstukjes, tuinbonen, gebakken aardappeltjes	653599	••	•••	••
		25	Kippenbout, bonne femme	862533	••	•••	••
26		Boeren kippenragout, witte rijst-groenteschotel	84524	••	•••	•	
27		Kip satésaus, sajour lodoh, nasi goreng	45641	••	•	•	
28		Drumsticks, sperziebonen, gebakken aardappeltjes	84527	••	•••	•••	
29		Kalkoenmedaillons, mexicomix, gekookte aardappelen	912980	•••	•••	•••	
30		Kip op Brabantse wijze, Parijse worteltjes, aardappelpuree	312559	••	•••	•	
31		Kipfilet in champignonsaus, broccoli, rösti rondjes	84529	•••	•••	•••	
32		Kipfilet in uienjus, andijviestampot	653447	•••	•••	•••	
33		Kiptajine	913237	••	•••	•••	
34		Kippendijrolletje, gestoofde prei, gekookte aardappelen	84530	••	•••	•••	
35		Kipcarbonade, rode bietjes, gebakken aardappeltjes	84532	••	•••	•	
36	Provençaalse volkorenpastaschotel met kip	27666	••	•••	•		
VARKENSVLEES	37	Gehaktballen, kapucijners met spekjes, mini krieltjes	411227	••	•	•	
	38	Speklapjes met jus, preistampot	757945	••	•	•	
	39	Babi ketjap, karee djawa, witte rijst	912634	••	•••	•	
	40	Babi pangang, pikante groenten ananas, bami goreng	290176	••	•••	•	
	41	Varkensfricandeau, broccoli, gebakken aardappeltjes	84535	•••	•••	•••	
	42	Verse worst, rode kool met appeltjes, aardappelpuree	648206	••	•	•	
	43	Hamlapje in pepersaus, bloemkool, gebakken aardappelen	84536	••	••	••	
	44	Varkenshaasstukjes, spinazie, gekookte aardappelen	84539	•••	•	••	
	45	Varkenslapje met jus, sperziebonen, aardappelpuree	653162	•••	•••	•••	
	46	Spaghetti carbonara, Italiaanse tuinerwtjes	84542	••	•••	•	
	47	Gehaktballen, rodekool, gekookte aardappelen	84544	••	••	•	
	48	Hollands pannetje varkensvlees, rabarber, aardappelpuree	337423	••	•••	•	
	49	Varkenssaucijsjes, groentemix, gekookte aardappelen	913766	••	••	••	
	50	Halscarbonade, witlof met spekjes, gekookte krieltjes	912998	•••	•••	•••	
	51	Slavink, doperwtjes en worteltjes, gekookte aardappelen	408999	••	•	•	
VIS	52	Zalm en kabeljauw, groentemix, volkoren spaghetti	84547	••	•••	•	
	53	Kibbeling, Mexicaanse groenten, gebakken krieltjes	658361	••	•	•	
	54	Kabeljauwfilet, broccolimix, gekookte aardappelen	84549	•••	•••	•••	
	55	Pangafilet, Parijse worteltjes, aardappelpuree	658324	••	•••	•••	
	56	Nasi met zeevruchten en sesamsaus	84551	••	•••	•	
	57	Visburger met preisau, ratatouille, gebakken aardappeltjes	45645	••	•••	•••	
	58	Gebakken zalmfilet, bladspinazie, aardappelpuree bieslook	86051	••	••	••	
	59	Lekkerbekje in kerrie-gembersaus, meergroentenstampot	913261	••	•	•	
	60	Zalm met hollandaisaus, gesmoorde prei, rösti rondjes	658293	••	•	•	
	61	Farfalle met tonijn en gamba's in pittige tomatensaus	84553	••	•••	•	
VEGETARISCH	62	Vegetarische balletjes in satésaus, tjap tjoy, nasi goreng	913546	••	•••	•	
	63	Vegetarische grillstukjes, zilvervliesrijst-groenteschotel	84556	••	•••	•	
	64	Volkoren macaronischotel vegetarisch	411146	••	•••	•	
	65	Omelet champignon, Parijse worteltjes, aardappelpuree	913363	••	••	••	
	66	Roerbakstukjes, Toscaanse groentemix, Griekse rijst	27669	••	•••	•	
	67	Groentepaëlla	84557	••	•••	•	
	68	Borlotti bonenschotel, penne van kikkererwten	84566	••	•••	•	
	69	Rode linzencurry, wilde rijst	84558	••	•	•	
	70	Groenteburger met peterseliesaus-uitjes, spinaziestampot	411345	•••	•••	•	
	71	Risotto van parelgort en doperwtjes	84560	••	•••	•	
	72	Omelet in dragonsaus, tuinbonen met ui, gebakken krieltjes	654281	••	•••	•••	
	73	Thaise gele groentecurry, noten-zilvervliesrijst	84563	•	•	•	
	74	Tajine van kikkererwten, abrikozen en krieltjes	84564	••	•••	•	
	75	Vegatarische balletjes, sperziebonen, gekookte aardappelen	654171	•••	••	••	

••• BIJ VOORKEUR •• MIDDENWEG • UITZONDERING

GEWICHT GRAM	ENERGIE KJ	ENERGIE KCAL	VET GRAM	W.V. VERZ VET GRAM	KOOLHYDR. GRAM	SUIKER GRAM	EIWITTEN GRAM	ZOUT GRAM	EIWITRIJK	>150 GRAM GROENTE
470	282	67	1,3	0,5	8,5	1,4	4,3	0,53	✓	✓
530	358	85	2,2	0,6	10,4	4,1	5,0	0,79	✓	✓
520	458	109	4,4	1,8	13,2	4,7	3,4	0,69		
495	404	97	3,6	1,7	10,8	3,0	4,5	0,64		
490	430	103	4,5	2,0	9,9	2,0	4,7	0,42		✓
500	440	105	2,4	0,6	14,7	3,2	4,9	0,72		✓
495	446	106	3,0	1,9	13,6	2,6	5,5	0,60	✓	✓
495	402	96	2,3	0,8	12,4	2,9	5,6	0,73	✓	✓
495	423	101	2,0	0,7	13,0	1,7	6,7	0,78	✓	✓
495	500	119	3,6	1,1	15,1	3,6	5,5	0,67		✓
550	426	102	4,3	1,1	9,1	3,1	5,3	0,81	✓	✓
480	490	117	5,3	1,8	12,5	3,8	3,9	0,94		✓
515	420	100	3,8	1,1	11,7	2,7	4,0	0,84		
530	351	84	2,6	0,6	10,2	3,8	3,9	0,77		
515	464	111	3,3	1,0	14,6	3,2	5,0	0,55		✓
475	460	109	0,9	0,3	18,8	2,4	5,5	0,81	✓	✓
500	458	110	5,6	2,4	8,3	2,1	5,3	0,75		✓
555	381	91	3,9	1,0	7,5	1,8	5,8	0,83	✓	✓
490	391	93	3,7	1,3	10,1	2,1	3,9	0,61		✓
505	329	78	2,4	0,5	8,5	1,8	5,2	0,70	✓	✓
500	438	104	3,1	0,5	11,2	1,4	6,8	0,74	✓	✓
530	583	139	6,4	1,6	10,6	1,2	9,0	0,77	✓	✓
500	463	110	3,9	0,9	13,0	2,2	5,0	0,67		✓
480	534	127	5,4	2,4	12,7	4,6	6,3	0,86		✓
530	423	101	4,2	1,1	7,7	1,7	7,2	0,71	✓	✓
485	322	77	1,1	0,2	9,7	2,5	6,0	0,58	✓	✓
530	427	102	3,2	0,9	13,5	5,8	3,6	0,69		✓
445	402	96	3,5	0,6	8,7	1,4	6,4	0,69	✓	✓
525	297	71	1,0	0,2	9,4	1,1	5,2	0,66	✓	✓
500	405	97	3,1	0,4	10,3	4,1	5,9	0,81	✓	✓
500	411	98	4,0	1,1	9,5	1,6	5,2	0,59	✓	✓
500	471	113	4,3	1,1	11,6	2,9	6,0	0,76	✓	✓
500	430	103	3,2	0,7	12,7	2,5	5,3	0,88	✓	✓
515	497	119	5,1	1,6	11,6	0,9	5,3	0,81		
505	415	99	4,7	1,6	9,8	1,8	3,6	0,74		
530	471	112	2,0	0,9	19,1	6,0	4,0	0,57		✓
500	451	105	2,6	0,6	16,2	6,4	3,7	0,83		✓
470	336	80	2,1	0,4	8,8	2,5	5,5	0,62	✓	✓
530	461	110	5,8	1,9	10,1	3,8	3,5	0,83		
490	397	95	4,3	1,2	7,7	1,5	5,4	0,36	✓	✓
490	360	86	3,0	1,5	9,0	1,3	5,0	0,56	✓	✓
505	301	72	2,3	0,5	7,5	1,7	4,3	0,66	✓	✓
500	564	135	5,4	1,3	14,6	2,1	5,7	0,66		✓
490	416	99	3,8	1,3	11,5	3,7	3,5	0,62		
555	405	97	2,4	0,6	14,6	8,8	3,3	0,50		✓
470	443	106	5,3	1,5	10,0	1,5	3,7	0,50		✓
495	300	71	2,1	0,5	8,1	1,3	4,4	0,67	✓	✓
470	440	105	4,4	1,5	10,7	2,0	4,6	0,43		✓
490	442	105	3,4	1,0	11,7	1,7	6,1	0,70	✓	✓
510	412	98	3,8	1,9	10,1	2,2	5,1	0,60	✓	✓
500	288	68	1,1	0,2	8,8	1,9	5,0	0,44	✓	✓
545	380	91	4,1	1,0	8,3	2,9	4,6	0,69	✓	✓
530	515	123	4,5	0,7	14,9	5,1	4,8	0,87		✓
490	405	97	3,7	0,9	11,0	2,3	3,9	0,78		✓
550	448	107	5,6	1,4	8,1	1,8	5,2	0,64		✓
535	467	112	5,2	2,7	10,4	2,3	4,9	0,73		
480	522	125	6,6	1,7	10,7	2,0	4,9	0,86		✓
500	418	99	2,5	0,4	13,4	3,0	5,3	0,81	✓	✓
530	586	140	5,0	1,2	15,9	5,3	6,5	0,74		✓
480	447	107	3,4	0,5	12,4	3,1	5,4	0,80	✓	✓
500	440	104	1,8	0,2	15,9	3,7	5,0	0,73		✓
520	368	88	4,1	1,3	8,9	2,8	2,9	0,74		✓
510	409	98	3,3	0,9	12,1	3,1	4,3	0,84		✓
530	376	89	1,2	0,2	13,8	1,6	4,0	0,61		✓
500	542	129	3,7	0,5	17,6	2,2	4,6	0,68		✓
500	530	126	3,8	2,6	17,8	1,4	4,5	0,82		✓
525	317	75	1,1	0,2	10,9	1,4	4,3	0,68	✓	
500	521	124	4,6	0,6	14,7	1,5	4,3	0,80		✓
500	400	96	4,1	0,9	9,5	0,9	4,2	0,52		✓
500	664	159	8,1	3,2	15,9	3,5	4,9	0,62		✓
500	489	116	3,6	0,4	15,3	5,9	4,3	0,80		✓
515	338	81	1,8	1,1	9,8	1,6	4,9	0,40	✓	✓

ZOUTARM

VOEDINGSWIJZER

PER 100 GRAM

RONDVLEES

KIP/KALKOENVLEES

VARKENSVLEES

VIS

VEGETARISCH

MENU	OMSCHRIJVING	ART. NR.	ENERGIE BEPERKT	LAAG IN VERZ. VET	RICHTLIJN DIABETES
4	Rundertartaartje, sperziebonen, gekookte aardappelen	913499	•••	•••	•••
5	Hachee, rode bietjes, aardappelpuree met tuinkruiden	912833	•••	•••	•••
6	Limburgs zuurvlees, snijbonen, gebakken aardappeltjes	914173	•••	•••	•••
7	Rundersaucijs, zomerse zuurkool, gekookte aardappelen	913402	••	•	•
8	Rundervink, gestoofde spitskool, gekookte aardappelen	84513	••	•	•
9	Macaroni bolognese	170850	••	•••	•
10	Daging rendang, sajourboontjes, witte rijst	84515	••	•	•
11	Hongaarse goulash, doperwten, zilvervriesrijst-groenteschotel	84518	••	•••	•
12	Boerengehaktshotel, aardappelpuree met bieslook	416748	••	•••	•••
13	Runderstooflapje, rodekool met appeltjes, aardappelpuree	652920	•••	•••	•••
14	Rundergehaktballen met hopjesjus, blauwe bliksem met peer	913389	••	•	•
15	Gehaktshotel met aardappel, bloemkool, prei en kerrie	84523	••	•	•
16	Sukadelapje met jus, bloemkool à la crème, aardappelpuree	55479	•••	•••	•••
17	Chili con carne, witte rijst	45647	••	•••	•
18	Kipfilet met kippenjus, gestoofde witlof, aardappelpuree	653811	•••	•••	•••
19	Kalkoenbiefstukjes, tuinbonen met ui, gebakken aardappeltjes	653803	••	•••	•••
20	Kippenbout, bonne femme	86899	••	••	••
21	Boeren kippenragout, witte rijst-groenteschotel	84526	••	•••	•
22	Kip satésaus, sajour lodeh, nasi goreng	45648	••	•	•
23	Drumsticks, sperziebonen, gebakken aardappeltjes	84528	••	•••	•••
24	Kalkoenmedaillons, mexicomix, gekookte aardappelen	912972	•••	•••	•••
25	Kip op Brabantse wijze, Parijse worteltjes, aardappelpuree	312619	••	•••	•
26	Kipfilet in uienjus, andijviestamppot	653683	•••	•••	•••
27	Kiptajine	913240	••	•••	•••
28	Kippendijrolletje, gestoofde prei, gekookte aardappelen	84531	••	•••	•••
29	Kipkarbonade, rode bietjes, gebakken aardappeltjes	84534	••	•••	•••
30	Provençaalse volkoren pastaschotel met kip	27668	•••	•••	•
31	Gehaktballen, kapucijners met spekjes, krieltjes	416832	••	•	•
32	Speklapjes met jus, prei, prei, prei	791313	••	•	•
33	Babi ketjap, karee djawa, witte rijst	912626	••	•••	•
34	Babi pangang, pikante groenten ananas, bami goreng	271619	••	•••	•
35	Hollands pannetje varkensvlees, rabarber, aardappelpuree	337949	••	•••	•
36	Verse worst, rode kool met appeltjes, aardappelpuree	648379	••	•	•
37	Hamlapje, bloemkool, gebakken roti aardappelen	84537	••	••	••
38	Varkenshaasstukjes, spinazie à la crème, gekookte aardappelen	84540	•••	••	••
39	Varkenslapje, sperziebonen, aardappelpuree met tuinkruiden	653324	•••	•••	•••
40	Spaghetti carbonara, Italiaanse tuinerwtjes	84543	••	•••	•
41	Gehaktballen in jus, rodekool, gekookte aardappelen	84545	••	••	•
42	Slavink, doperwtjes en worteltjes, gekookte aardappelen	416471	••	••	••
43	Halskarbonade in jus, witlof met spekjes, gekookte krieltjes	912985	•••	••	••
44	Zalm en kabeljauw, groentemix, volkoren spaghetti	84548	••	•••	••
45	Kabeljauwfilet pestosaus, broccolomix, gekookte aardappelen	84550	•••	•••	•••
46	Kibbeling, Mexicaanse groenten, gebakken krieltjes	658413	••	•	•
47	Lekkerbekje in kerrie-gembersaus, meergroentenstampot	45651	••	•	•
48	Pangafilet, Parijse worteltjes, aardappelpuree	658390	••	•••	•••
49	Nasi met zeevruchten en sesamsaus	84552	••	•••	•
50	Gebakken zalmfilet, spinazie, aardappelpuree met bieslook	87219	••	••	••
51	Farfalle met tonijn en gamba's in pittige tomatensaus	84555	••	•••	•
52	Vegetarische balletjes in satésaus, tjap tjoy, nasi goreng	913606	••	•••	•
53	Vegetarische balletjes, sperziebonen, gekookte aardappelen	658081	•••	••	••
54	Omelet champignon, Parijse worteltjes, aardappelpuree	925129	••	••	••
55	Risotto van parelgort en doperwten	84561	••	•••	•
56	Omelet in dragonsaus, tuinbonen met ui, gebakken krieltjes	657988	••	•••	•••
57	Tajine van kikkererwten, abrikozen en krieltjes	84565	••	•••	•

••• BIJ VOORKEUR •• MIDDENWEG • UITZONDERING

GEWICHT GRAM	ENERGIE KJ	ENERGIE KCAL	VET GRAM	W.V. VERZ VET GRAM	KOOLHYDR. GRAM	SUKER GRAM	EIWITTEN GRAM	ZOUT GRAM	EIWITRIJK	>150 GRAM GROENTE
470	298	71	1,4	0,1	8,7	1,2	5,0	0,10	✓	✓
530	342	82	2,0	0,5	10,2	3,8	4,8	0,17	✓	✓
495	371	89	2,5	0,6	10,4	3,0	5,3	0,19	✓	✓
495	418	100	4,0	2,0	11,6	3,6	3,5	0,17		
490	426	102	4,5	2,0	9,8	1,8	4,7	0,11		✓
500	437	104	2,4	0,6	14,6	3,2	4,8	0,23		✓
495	450	107	3,1	1,9	13,5	2,5	5,8	0,19	✓	✓
495	468	111	1,9	0,7	15,2	1,7	7,2	0,18	✓	✓
550	417	100	4,5	1,0	8,8	2,5	4,6	0,18		✓
550	335	80	2,3	0,5	9,8	3,7	4,0	0,18	✓	
520	449	107	4,5	1,8	12,5	4,5	3,4	0,11		
500	400	96	4,6	1,7	8,3	2,1	4,5	0,27		✓
555	336	81	3,4	0,8	7,1	1,6	4,6	0,08	✓	✓
475	456	108	0,8	0,3	18,6	2,3	5,4	0,18	✓	✓
505	320	76	2,8	0,5	7,8	1,5	4,4	0,07	✓	✓
490	429	102	3,7	0,6	9,1	1,6	7,1	0,17	✓	✓
525	540	129	6,2	1,6	8,3	1,3	9,1	0,14	✓	✓
500	417	99	2,7	0,5	12,6	1,8	5,5	0,14	✓	✓
480	486	116	5,4	2,4	10,3	4,4	5,8	0,21		✓
530	423	101	4,1	1,1	7,8	1,6	7,5	0,20	✓	✓
485	332	79	1,2	0,3	9,9	2,5	6,2	0,13	✓	✓
530	393	93	2,2	0,6	13,1	5,5	4,1	0,15		✓
525	281	67	1,0	0,2	9,1	1,0	4,5	0,07	✓	
500	423	101	3,6	0,7	10,1	4,0	6,1	0,21	✓	✓
500	405	97	3,8	1,0	9,3	1,6	5,5	0,16	✓	✓
500	456	109	4,9	1,2	9,4	3,0	6,1	0,23	✓	✓
500	376	89	1,8	0,3	12,1	2,1	5,6	0,17	✓	✓
495	492	118	4,8	1,5	11,7	0,8	5,4	0,15		
505	411	98	4,7	1,6	9,6	1,6	3,5	0,24		
530	496	118	2,5	1,0	17,8	4,8	5,5	0,11		✓
510	461	110	2,8	0,6	14,7	6,8	5,7	0,21	✓	✓
555	444	106	2,9	0,7	14,6	8,8	4,6	0,12		✓
530	477	114	5,8	2,0	10,7	3,8	3,6	0,18		
490	394	94	4,3	1,2	7,6	1,4	5,4	0,11	✓	✓
490	352	84	2,7	1,5	8,8	1,2	5,2	0,14	✓	✓
505	311	74	2,5	0,6	7,3	1,5	4,6	0,11	✓	✓
500	570	136	5,2	1,2	15,3	1,9	5,7	0,26		✓
490	405	97	3,4	1,3	11,7	3,7	3,6	0,15		
470	439	105	4,4	1,5	10,6	2,0	4,5	0,10		✓
495	364	87	3,9	1,1	7,9	1,2	4,5	0,11	✓	✓
490	435	104	3,4	1,0	11,5	1,5	6,0	0,16	✓	✓
500	284	67	1,0	0,2	8,7	1,8	5,0	0,14	✓	✓
510	410	98	3,8	1,9	10,0	2,1	5,1	0,24	✓	✓
535	466	112	5,1	2,7	10,5	2,0	4,8	0,15		
545	367	88	3,8	1,0	8,2	2,6	4,4	0,22	✓	✓
530	511	122	4,8	0,7	14,0	4,0	4,8	0,25		✓
550	443	106	5,6	1,4	7,7	1,5	5,2	0,17		✓
500	407	96	2,3	0,4	13,4	3,1	5,1	0,28	✓	✓
530	532	127	4,1	1,0	14,9	5,3	6,4	0,23	✓	✓
515	335	80	1,8	1,1	9,7	1,5	4,9	0,13	✓	✓
520	365	87	4,1	1,3	8,8	2,7	2,8	0,27		✓
500	519	124	4,7	0,6	14,6	1,4	4,2	0,25		✓
500	398	95	4,1	0,8	9,3	1,5	4,1	0,14		✓
500	484	115	3,6	0,4	15,1	5,7	4,3	0,25		✓

MAALTIJDEN 1 T/M 3 ZIJN WISSELMENU'S, ZIE PAGINA 5, 23 EN 31. VOEDINGSWAARDEN ZIE FLYER.

GEMALEN

VOEDINGSWIJZER

PER 100 GRAM

	MENU	OMSCHRIJVING	ART. NR.	ENERGIE BEPERKT	LAAG IN VERZ. VET	RICHTLIJN DIABETES
RONDVLEES	1	Rundertartaartje, sperziebonen, gekookte aardappelen	913509	••	•	•
	2	Hachee, rode bietjes, aardappelpuree met tuinkruiden	912862	••	•••	•
	3	Limburgs zuurvlees, snijbonen, gebakken aardappeltjes	913397	••	•	•
	4	Beef teriyaki, tjad tjoy, gele rijst	912647	••	••	•
	5	Limburgs zuurvlees, snijbonen, gebakken aardappeltjes	914199	••	•••	•••
	6	Boerengehachtschotel, aardappelpuree met bieslook	661547	••	•••	•••
	7	Runderstooflapje, rodekool, aardappelpuree	661495	••	•••	••
KIP/KALKOENVLEES	8	Kipfilet, gestoofde witlof naturel, aardappelpuree	661644	•••	•••	•••
	9	Kip satésaus, sajour lodeh, nasi goreng	45653	••	•	•
	10	Kalkoenmedaillons, mexicomix, gekookte aardappelen	912964	••	•••	•••
	11	Boeren kippenragout, aardappelpuree met tuinkruiden	45654	••	•••	•••
	12	Kipfilet in uienjus, andijviestamppot	661767	•••	•••	•••
	13	Kip op Brabantse wijze, Parijse worteltjes, aardappelpuree	45655	••	•••	•
	14	Kip in Portugese saus, doperwtjes, zilvervriesrijst	45656	••	••	•
VARKENSVLEES	15	Varkenslapjes, sperziebonen, aardappelpuree	661945	•••	•••	•••
	16	Speklapjes met jus, preistamppot	45658	••	•	•
	17	Hamlapje, bloemkool à la crème, gekookte aardappelen	27645	••	•••	•••
	18	Hollands pannetje varkensvlees, rabarber, aardappelpuree	45659	••	•••	•
	19	Slavink, doperwtjes en worteltjes, gekookte aardappelen	45661	••	••	••
	20	Halsarbonade, witlof met spekjes, gekookte krieltjes	913012	•••	•••	•••
	VIS	21	Zalm in mosterdsaus, groentemix, tagliatelle	662006	••	•
22		Pangafilet, Parijse worteltjes, aardappelpuree	662014	••	•••	•••
23		Gebakken zalmfilet, spinazie, aardappelpuree bieslook	662027	••	••	••
24		Zalmfiletstukjes in kervelsaus, penne met groenten	914068	••	••	••
25		Vegetarische balletjes in satésaus, tjad tjoy, nasi goreng	913541	••	•••	•
VEGETARISCH	26	Vega balletjes, sperziebonen, gekookte aardappelen	662187	••	••	••
	27	Omelet champignon, Parijse worteltjes, aardappelpuree	913350	••	••	••
	28	Vega boerengehachtschotel, aardappelpuree met bieslook	662276	••	•••	•••
	29	Omelet in dragonsaus, tuinbonen, gebakken krieltjes	666254	••	•••	•••
	30	Kapucijners, bladspinazie, gekookte aardappelen	666262	••	•••	•

ZOUTARM EN GEMALEN

RONDVLEES	1	Rundertartaartje, sperziebonen, gekookte aardappelen	913512	••	•	•
	2	Hachee, rode bietjes, aardappelpuree met tuinkruiden	912867	••	•••	•
	3	Limburgs zuurvlees, snijbonen, gebakken aardappeltjes	914165	••	•••	•••
	4	Boerengehachtschotel, aardappelpuree met bieslook	664171	••	•••	•••
	5	Runderstooflapje, rodekool, aardappelpuree	664155	••	•••	•
	6	Kipfilet, gestoofde witlof naturel, aardappelpuree	664244	•••	•••	•••
	KIP/KALKOENVLEES	7	Kip satésaus, sajour lodeh, nasi goreng	45662	••	•
8		Boeren kippenragout, aardappelpuree met tuinkruiden	45663	••	•••	•••
9		Kip op Brabantse wijze, Parijse worteltjes, aardappelpuree	45664	••	•••	•
10		Kipfilet in uienjus, andijviestamppot	664304	•••	•••	•••
11		Varkenslapje, sperziebonen, aardappelpuree	665261	•••	••	•••
12		Speklapjes met jus, preistamppot	45666	••	•	•
VARKENSVLEES		13	Hamlapje, bloemkool à la crème, gekookte aardappelen	27644	••	••
	14	Hollands pannetje varkensvlees, rabarber, aardappelpuree	45667	••	•••	•
	15	Halsarbonade, witlof met spekjes, gekookte krieltjes	913017	•••	•••	•••
	16	Pangafilet, Parijse worteltjes, aardappelpuree	665363	••	•••	•••
	17	Gebakken zalmfilet, spinazie, aardappelpuree bieslook	665428	••	••	••
VIS	18	Zalmfiletstukjes in kervelsaus, penne met groenten	914050	••	••	••
	19	Omelet champignon, Parijse worteltjes, aardappelpuree	913355	••	••	••
	20	Omelet in dragonsaus, tuinbonen, gebakken krieltjes	27664	••	•••	•••

GLUTEN- EN LACTOSEVRIJ

RONDVLEES	1	Rundertartaartje, sperziebonen, gekookte aardappelen	913494	•••	•••	•••
	2	Hachee, rode bietjes, aardappelpuree met tuinkruiden	912841	••	•••	•••
	3	Limburgs zuurvlees, snijbonen, gebakken aardappeltjes	914209	•••	•••	••
	4	Boerengehachtschotel, aardappelpuree met bieslook	717115	••	•••	•••
	5	Runderstooflapje, rodekool, aardappelpuree	659273	•••	•••	•••
	6	Kipfilet, gestoofde witlof naturel, aardappelpuree	660923	•••	•••	•••
	KIP/KALKOENVLEES	7	Kip satésaus, sajour lodeh, nasi goreng	45668	••	•
8		Boeren kippenragout, aardappelpuree met tuinkruiden	45669	••	•••	•••
9		Kip op Brabantse wijze, Parijse worteltjes, aardappelpuree	45670	•••	•••	••
10		Kipfilet in uienjus, andijviestamppot	660567	•••	•••	•••
11		Varkenslapje, sperziebonen, aardappelpuree	660656	•••	•••	•••
12		Speklapjes met jus, preistamppot	660106	•••	•••	•••
VARKENSVLEES		13	Hamlapje, bloemkool à la crème, gekookte aardappelen	27643	•••	•••
	14	Hollands pannetje varkensvlees, rabarber, aardappelpuree	45672	••	•••	•
	15	Halsarbonade, witlof met spekjes, gekookte krieltjes	913009	•••	•••	•••
	16	Pangafilet, Parijse worteltjes, aardappelpuree	660680	••	•••	•••
	17	Gebakken zalmfilet, spinazie, aardappelpuree bieslook	660716	••	•••	•••
VIS	18	Zalmfiletstukjes in kervelsaus, penne met groenten	914063	••	•••	•
	19	Omelet champignon, Parijse worteltjes, aardappelpuree	913326	•••	•••	•••
	20	Omelet in dragonsaus, tuinbonen, gebakken krieltjes	660965	••	•••	•••

••• BIJ VOORKEUR •• MIDDENWEG • UITZONDERING

GEWICHT GRAM	ENERGIE KJ	ENERGIE KCAL	VET GRAM	W.V. VERZ VET GRAM	KOOLHYDR. GRAM	SUKKER GRAM	EIWITTEN GRAM	ZOUT GRAM	EIWITRIJK	>150 GRAM GROENTE
575	397	95	5,2	1,6	8,2	1,7	3,2	0,90		
575	346	83	2,4	0,6	10,4	4,3	3,9	0,78		✓
575	423	101	4,8	1,8	10,5	3,6	3,3	0,90		
625	320	76	2,2	0,9	10,2	3,6	3,2	0,74		✓
575	362	87	3,2	0,8	9,3	3,1	4,3	0,78		✓
550	431	103	4,4	1,1	9,4	3,3	5,1	0,98		✓
590	343	82	2,7	0,6	9,5	3,8	4,0	0,78		✓
590	303	72	2,6	0,5	8,0	1,7	3,7	0,69	✓	✓
575	371	89	4,0	2,0	8,2	3,7	4,4	0,66		✓
575	340	81	3,0	0,6	8,7	2,5	4,1	0,75	✓	✓
575	474	114	6,2	1,3	9,2	2,3	4,4	0,88		✓
590	317	76	2,2	0,4	9,1	1,5	4,0	0,83	✓	
575	362	86	3,1	0,8	10,8	4,3	2,8	0,71		✓
575	385	92	2,4	1,1	11,5	1,3	5,2	0,59	✓	✓
590	302	72	2,7	0,5	7,5	1,6	3,8	0,69	✓	✓
540	444	107	6,1	1,8	8,7	1,6	3,6	0,73		
575	332	80	3,2	0,9	7,5	2,0	4,3	0,58	✓	✓
575	407	97	2,6	0,6	14,7	8,7	2,9	0,50		✓
580	452	108	5,6	1,6	9,4	2,0	4,1	0,72		✓
575	286	68	2,0	0,4	8,4	1,4	3,7	0,64	✓	✓
560	387	93	4,5	1,7	7,7	1,9	4,6	0,46		✓
580	383	92	4,1	0,9	8,8	3,4	4,3	0,69		✓
560	443	106	5,6	1,3	7,8	1,8	5,2	0,65		✓
560	382	91	4,4	1,4	7,6	1,4	4,7	0,44	✓	✓
600	440	105	4,0	1,0	11,4	5,3	4,9	0,73		✓
600	379	91	3,7	1,3	8,5	1,8	4,6	0,71	✓	✓
570	373	89	4,2	1,3	9,1	3,5	2,7	0,84		✓
550	364	87	2,8	0,5	10,0	3,4	4,2	0,84		✓
570	429	103	5,2	1,1	8,9	2,1	4,0	0,63		✓
580	414	99	3,7	0,6	11,0	1,9	3,7	0,68		✓

575	399	96	5,2	1,7	8,1	1,5	3,2	0,09		
575	330	79	2,3	0,5	10,0	4,0	3,7	0,14		
575	354	85	3,1	0,8	9,3	2,8	4,0	0,08		
550	424	101	4,3	1,1	9,0	3,0	5,1	0,15	✓	✓
590	336	80	2,4	0,5	9,7	3,7	3,8	0,08		
590	291	70	2,6	0,5	7,7	1,5	3,3	0,09		
575	342	82	3,6	1,9	7,8	3,7	3,9	0,16		
575	433	104	5,2	1,0	8,8	2,0	4,7	0,15		
575	348	83	2,7	0,6	10,4	4,1	3,3	0,09		
590	305	73	2,2	0,4	8,8	1,2	3,6	0,09		
590	297	71	2,6	0,5	7,4	1,4	3,7	0,07	✓	✓
540	439	106	6,1	1,8	8,5	1,5	3,5	0,22		
575	336	80	3,3	1,0	7,3	1,9	4,3	0,07	✓	✓
575	437	104	3,0	0,6	14,6	8,7	3,9	0,09		
575	285	68	2,0	0,4	8,3	1,3	3,6	0,21	✓	✓
580	376	90	4,1	0,9	8,5	3,1	4,2	0,16		
560	435	104	5,5	1,3	7,4	1,5	5,2	0,12		✓
560	369	88	4,2	1,3	7,3	1,1	4,7	0,14	✓	✓
570	366	88	4,2	1,3	8,9	3,3	2,6	0,21		
570	425	102	5,2	1,0	8,7	1,9	3,9	0,15		

470	307	73	1,5	0,5	8,7	1,4	5,3	0,59	✓	✓
530	362	87	2,5	0,5	10,3	3,5	4,9	0,65	✓	✓
495	360	86	1,7	0,4	11,3	3,4	5,5	0,62	✓	✓
550	384	92	3,8	0,8	8,3	2,4	4,7	0,86	✓	✓
550	338	81	2,6	0,4	9,3	3,4	4,1	0,62	✓	
550	338	81	3,0	0,5	7,9	1,5	4,9	0,60	✓	✓
470	498	119	5,1	2,4	11,2	2,1	6,5	0,82	✓	✓
470	425	102	4,8	0,6	8,2	1,4	5,6	0,80	✓	
490	373	89	2,3	0,4	11,4	4,7	4,5	0,71	✓	
525	307	73	1,6	0,3	8,7	1,0	5,1	0,68	✓	
550	337	81	3,1	0,5	7,4	1,5	4,8	0,62	✓	✓
495	354	84	2,4	0,5	9,6	2,4	4,8	0,80	✓	✓
540	294	70	1,6	0,3	8,4	1,6	4,6	0,62	✓	✓
555	451	108	3,3	0,6	13,9	7,8	4,9	0,41		✓
495	325	77	1,6	0,5	9,2	1,6	6,1	0,70	✓	✓
545	365	87	3,5	0,3	8,6	3,5	4,6	0,72	✓	✓
560	429	103	5,7	0,9	7,0	1,1	5,1	0,64		✓
495	619	148	5,3	0,9	18,4	1,1	6,1	0,85		
520	347	83	3,5	0,7	9,0	3,5	3,0	0,63		✓
535	392	94	4,0	0,8	9,4	1,3	3,9	0,52		



BIJGERECHTEN

VOEDINGSWIJZER

PER 100 GRAM

	MENU	OMSCHRIJVING	ART. NR.
SOEPE	1	Groentesoep met balletjes	471845
	2	Kippensoep met vermicelli	162323
	3	Runderbouillon	180318
	4	Venkelsoep met dille vg	321391
	5	Tomatensoep met prei vg	179249
	6	Tom ka kai	672551
	7	Pot au feu	223378
	8	Tomatensoep met balletjes	479924
	9	Spinaziesoep vg	686592
	10	Champignonsoep met rundvlees	683201
	11	Javaanse kerriesoep vg	300696
	12	Koninginnesoep met kip	313005
	13	Minestroneoep vg	672750
	14	Paddenstoelensoep vg	672771
	15	Bloemkoolsoep vg	912689
SOEPE ZOUTARM	1	Groentesoep met balletjes	180986
	2	Kippensoep met vermicelli	181160
	3	Runderbouillon	180805
	4	Venkelsoep met dille vg	321396
	5	Tomatensoep met prei vg	317897
	6	Tom ka kai	672564
	7	Pot au feu	57492
	8	Tomatensoep met balletjes	182603
	9	Spinaziesoep vg	316265
	10	Champignonsoep met rundvlees	292013
	11	Javaanse kerriesoep vg	300727
	12	Koninginnesoep met kip	313013
	13	Minestroneoep vg	672768
	14	Paddenstoelensoep vg	672789
	15	Bloemkoolsoep vg	912697
SALADES	1	Appel rozijnen compote	762830
	2	Witte kool-kerriesalade	27698
	3	Komkommersalade	913245
TOETJES	1	Chocoladevla	801427
	2	Vanillevla	801396
	3	Karamelvla	801367
	4	Vanille-Chocoladevla	918907
	5	Advocaatvla	918923
	6	Citroenvla	918936
	7	Sinaasappelvla	918973
	8	Hazelnootvla	918981
	9	Yoghurt zwarte kersen	919039
	10	Yoghurt perzik-passievrucht	919063
	11	Yoghurt met aardbei	801493
	12	Yoghurt naturel (ongezoet)	323474
	13	Rijstepap vanille	672438
	14	Rijstepap appel-rozijnen-honing	672488
	15	Stoofpeertjes	913452

GEWICHT	ENERGIE KJ	ENERGIE KCAL	VET GRAM	W.V. VERZ VET GRAM	KOOLHYDR. GRAM	SUIKER GRAM	EIWITTEN GRAM	ZOUT GRAM
200	115	27	1,2	0,5	1,4	0,7	2,5	1,06
200	102	24	0,7	0,2	2,1	0,2	2,4	0,88
200	30	7	0,1	0,0	1,3	0,2	0,3	1,02
200	76	18	0,1	0,0	3,2	0,5	0,8	0,98
200	123	29	0,2	0,1	5,6	2,0	1,1	0,98
200	119	28	0,8	0,4	3,1	1,9	2,0	0,95
200	74	18	0,3	0,1	1,6	0,8	1,6	0,96
200	227	54	2,0	1,1	6,7	2,9	2,0	0,87
200	366	88	6,5	1,5	4,9	2,0	1,8	0,91
200	259	62	3,7	0,7	3,9	0,9	2,8	0,90
200	239	58	3,4	2,6	5,7	2,7	0,8	0,97
200	301	72	4,8	0,9	4,6	1,9	2,0	0,83
200	159	38	1,0	0,2	5,9	3,0	0,9	0,89
200	248	60	3,9	0,7	4,0	1,4	1,7	0,84
200	253	61	4,1	0,8	4,3	1,7	1,2	0,89
200	115	28	1,8	0,6	1,0	0,4	2,0	0,26
200	99	24	0,6	0,2	2,1	0,1	2,3	0,28
200	21	5	0,0	0,0	1,2	0,2	0,1	0,25
200	67	16	0,1	0,0	3,1	0,4	0,5	0,25
200	117	28	0,1	0,0	5,5	2,1	0,9	0,21
200	110	26	0,7	0,4	2,9	1,7	1,9	0,23
200	66	16	0,3	0,1	1,4	0,6	1,5	0,28
200	220	53	2,4	1,2	6,2	2,7	1,7	0,19
200	334	81	6,0	1,4	4,4	1,6	1,7	0,28
200	243	58	3,4	0,7	3,9	0,8	2,5	0,20
200	230	55	3,4	2,6	5,4	2,6	0,5	0,13
200	292	70	4,7	0,9	4,3	1,9	1,9	0,22
200	151	36	1,0	0,2	5,6	2,8	0,8	0,28
200	254	61	4,0	0,7	4,2	1,2	1,6	0,21
200	239	58	4,1	0,8	3,6	1,5	1,1	0,24
150	363	86	0,4	0,2	19,5	17,8	0,4	0,03
125	269	64	1,5	0,2	10,2	9,0	1,3	0,30
125	254	60	2,3	0,2	8,9	7,4	0,4	0,30
150	382	91	2,0	1,4	15,8	12,6	2,1	0,10
150	379	90	1,8	1,3	16,5	13,4	1,8	0,12
150	382	91	1,8	1,3	16,8	13,5	1,8	0,12
150	440	105	3,3	2,3	15,9	12,2	2,7	0,08
150	381	91	1,8	1,3	16,7	13,4	1,8	0,12
150	379	90	1,8	1,3	16,6	13,4	1,8	0,12
150	373	89	1,8	1,3	16,2	13,4	1,8	0,12
150	381	91	1,8	1,3	16,7	13,5	1,8	0,12
150	390	92	1,5	1,0	15,6	14,9	3,9	0,06
150	385	91	1,5	1,0	15,4	14,9	3,9	0,04
150	410	98	1,8	1,2	15,9	15,9	4,6	0,05
150	254	60	1,8	1,2	6,7	6,7	4,6	0,05
150	633	151	8,4	3,8	17,0	8,2	1,6	0,07
150	622	149	7,5	2,9	18,2	10,0	1,7	0,07
150	319	75	0,1	0,0	17,6	14,5	0,2	0,00

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!