Keuzelijst maaltijdservice

|  |
| --- |
| NaamAdresTelefoonE mail |
| Dieetwensen:* Glutenvrij
* Lactose vrij
* Koemelkvrij
* Zoutarm of zoutloos
* Cholesterolarm
* Vetarm
* Schaal en schelpdierenvrij
* Ei vrij
* Sojavrij
* Suikervrij
* Vegetarisch

Overige dieet wensen: | Smaak voorkeuren:* Normaal gezouten
* Niet te zout
* Pittig
* Mild gekruid
* Groente normaal gaar
* Groente beet gaar

Portie grootte:* Normale portie 450 gram
* Kleine portie 350 gram
* Ruime portie 550 gram
* Extra veel groente
* Extra veel vlees/vis/etc
* Extra veel aard/rijst/pasta
 |

Aardappel, rijst, pasta, etc.

|  |  |
| --- | --- |
| * Aardappelpuree
* Aardappel gekookt
* Witte rijst
* Zilvervliesrijst
* Pasta
* Pasta volkoren
* Noodles (rijstnoodles)
* Quinoa
* Gebakken krieltjes
* Gebakken krieltjes met kruiden
 | * Zoete aardappel met tijm
* Puree van aardappel en pastinaak
* Puree van aardappel en zoete aardappel
* Puree van aardappel, erwten, ui en kerrie
* Puree van aardappel en pompoen.
 |

Groente warm

|  |  |
| --- | --- |
| * Andijvie in roomsaus
* Andijvie met mais en pittige saus
* Aubergine met tomaat en ui
* Asperges (alleen in het seizoen)
* Bietjes (geraspt met ui)
* Broccoli
* Bloemkool
* Bleekselderij
* Courgette met tomaat en ui
* Gemengde groente: Courgette, paprika, ui tomaat provinciaalse kruiden.
* Prei
* Rode kool met appel
 | * Roerbak groente: kool, wortel, prei, ui, champignons met oosterse saus
* Sperziebonen
* Snijbonen
* Spinazie
* Spinazie in roomsaus
* Spruiten
* Spitskool
* Spitskool met kerrie
* Witlof
* Witlof met ham en kaassaus
* Wortelen
* Wortelen met doperwten
* Zuurkool
 |

Stamppotten

|  |  |
| --- | --- |
| * Andijvie
* Boerenkool
* Hutspot
* Rode biet
 | * Spruitjes
* Spinazie
* Zuurkool
 |

Salades

|  |  |
| --- | --- |
| * Bietjes salade met kappertjes
* Komkommersalade met dille en bosui
* Gemengde sla met toevoegingen naar keuze: tomaat, komkommer, ui, olijven, feta, ei, mais, augurk, zilveruitjes, kappertjes etc. Dressing apart.
 | * Wortel salade met appel
* Witte kool salade
* Rode kool salade met walnoten en feta
 |

Vlees

|  |  |
| --- | --- |
| * Gehaktballetjes kip
* Gehaktballetjes rund/varken
* Hamburger Angus
* Hachee stoofvlees
* Hamlappen
* Kipfilet
* Kippendijfilet
* Kipdrumstick
* Kipgehaktballetjes
* Kipshoarma
* Kipgyros
* Kipsate in pindasaus
 | * Runderbraadworst
* Rundervink
* Rookworst
* Slavink
* Speklap
* Spekjes in de stamppot
 |

Vis

|  |  |
| --- | --- |
| * Garnalen in knoflookboter
* Kabeljauw met viskruiden
* Kabeljauw in botersaus
* Kabeljauw stoofpotje
* Makreel in pittige saus
 | * Pangasius met viskruiden
* Pangasius in botersaus
* Pangasius stoofpotje
* Zalmmoot neutraal
* Zalmmoot met kruiden
 |

Ei

|  |  |
| --- | --- |
| * Ei hardgekookt
* Omelet
* Omelet met kaas
* Omelet met ham en kaas
 | * Omelet met bacon en kaas
* Omelet met champignons
* Omelet met champignons, bacon en kaas
 |

Soepen

|  |  |
| --- | --- |
| * Erwtensoep
* Groentesoep met balletjes
* Kippensoep
* Minestronesoep
 | * Pompoensoep neutraal
* Pompoensoep pittig
* Tomatensoep creme
* Tomatensoep met balletjes
 |

Samengestelde gerechten

|  |  |
| --- | --- |
| * Arabische stoofpot met rijst
* Chili con carne met rijst
* Lasagne bolognese
* Lasagne met zalm en courgette
* Nasi met pittige kip
* Nasi met ham en ei
* Nasi met ei
* Noodles met pittige kip
* Noodles met ei en cashewnoten
* Ovenschotel met spitskool, rundergehakt en aardappelpuree
* Ovenschotel met prei, kipgehakt en aardappelpuree
 | * Penne met spekjes, champignons en roomsaus
* Penne met courgette paprika en pestosaus.
* Spagetti bolognese
* Spinaziestamppot met geitenkaas en walnoten
* Quinoa goreng
 |

Bijgerechten en sauzen

|  |  |
| --- | --- |
| * Appelmoes vers
* Jus
* Jus met uitjes
* Jus pittig
* Botersaus
* Champignonsaus
* Kaassaus
* Kerriesaus
 | * Witte roomsaus
* Witte roomsaus met tuinkruiden
* Pepersaus
* Pindasaus
* Tomatensaus
* Tutti Frutti
 |

Overige verzoeken

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |