
















— stjb + dropkeukens avelgem + anzegem week 1 sept

**Vanaf 31/8 tot 4/9**

	MAANDAG 31/8	DINSDAG 1/9	WOENSDAG 2/9	DONDERDAG 3/9	VRIJDAG 4/9
Soep - Soupe		 Tomatensoep 69kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 9	 Ajuinsoep 60kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	 Preisoep puur 80kcal A : 6, 9	 Pompoensoep 36kcal A : 6, 9
Eiwit - Protéine 1		 Bolognaisesaus 154kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9	 Hete bliksem (Vrk-Rund) 512kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 6, 7, 9, 10, 11	 Kipfilet 228kcal A : 9	 Viskrokantje 368kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 3, 4, 5 (P), 6, 7, 8 (P), 11 (P), 13 (P)
Saus - sauce 1				 Spaanse saus 20kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)	 Tartaarsaus 308kcal A : 3, 10, 12
Warme groenten				 Appelmoes 198kcal A : 1 (P), 1b (P), 1d (P)	 Spinazie in room 76kcal A : 1, 1a, 7
Zetmeel - féculent 1		 Spirelli 422kcal A : 1, 1a, 3 (P)		 Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7	 Natuuraardappelen 142kcal
Vegetarisch - Végétarien		 Vegetarische bolognaise 602kcal A : 1, 1a, 3, 7	 Vegetarische ovenshotel 617kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7	 Quorn cordon bleu 205kcal A : 1, 1a, 3, 7	 Vegetarische wokreepjes 202kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7

**Allergenen (A) : 1.** Gluten, **1a.** Tarwe, **1b.** Rogge, **1c.** Gerst, **1d.** Haver, **1e.** Spelt, **1f.** Kamut, **2.** Schaaldieren, **3.** Eieren, **4.** Vis, **5.** Aardnoten, **6.** Soja, **7.** Melk, **8.** Noten, **8a.** Amandelen, **8b.** Hazelnoten, **8c.** Walnoten, **8d.** Cashewnoten, **8e.**

Pecannoten, **8f.** Paranoten, **8g.** Pistachenoten, **8h.** Macadamianoten, **8i.** NOT\_USED, **9.** Selderij, **10.** Mosterd, **11.** Sesamzaad, **12.** Sulfieten, **13.** Lupine, **14.** Weekdieren . **P = potentieel (i.e., kan aanwezig zijn).**



*Hoe hoger de score is, hoe beter het gerecht is voor uw gezondheid en onze planeet.*

**Vanaf 7/9 tot 11/9**

	MAANDAG 7/9	DINSDAG 8/9	WOENSDAG 9/9	DONDERDAG 10/9	VRIJDAG 11/9
Soep - Soupe	 Wortelsoep 46kcal A : 6, 9	 Paprikasoep 49kcal A : 6, 9	 Groentesoep 38kcal A : 6, 9	 Brunoisesoep 30kcal A : 6, 9	 Tomatensoep met balletjes 84kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)
Eiwit - Protéine	 Kip nuggets 384kcal A : 1, 1a, 7	 Vlaamse stoverij 396kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 3, 7, 9, 10, 12 (P)	 Lasagne Bolognaise 494kcal A : 1, 1a, 1c, 3, 6 (P), 7	 Braadworst 204kcal	 Visfilet gratino 287kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 4, 7
Saus - Sauce	 Currysaus 26kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 7, 9, 10, 11 (P)			 Ajuinsaus 32kcal A : 1, 1a, 6, 7, 9	 Bieslooksaus 40kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 4, 6, 7, 9, 12
Zetmeel - Féculent 1	 Witte rijst 213kcal	 Frietjes 450kcal   Gebakken krieltjes 132kcal		 Natuuraardappelen 142kcal	 Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7
Groenten - Légumes 1	 Ananas 108kcal	Komkommer salade A : 3, 10, 12 (P)		 Bloemkool mornay 137kcal A : 1, 1a, 6, 7, 9	 Gestooft prei 81kcal A : 6, 9
Vegetarisch -	 Sojanuggets 430kcal A : 1, 1a, 6	 Vegetarische stoofpotje 152kcal A : 1, 1a, 3, 6, 10, 12 (P)	 Vegetarische lasagne 424kcal Intern: 3.67 €	 Gebakken eitjes 171kcal A : 3, 7	

Végetariën

Extern: 7.34 €

**A** : 1, 1a, 3, 6, 7, 9




























**Allergenen (A) :** **1.** Gluten, **1a.** Tarwe, **1b.** Rogge, **1c.** Gerst, **1d.** Haver, **1e.** Spelt, **1f.** Kamut, **2.** Schaaldieren, **3.** Eieren, **4.** Vis, **5.** Aardnoten, **6.** Soja, **7.** Melk, **8.** Noten, **8a.** Amandelen, **8b.** Hazelnoten, **8c.** Walnoten, **8d.** Cashewnoten, **8e.** Pecannoten, **8f.** Paranoten, **8g.** Pistachenoten, **8h.** Macadamianoten, **8i.** NOT\_USED, **9.** Selderij, **10.** Mosterd, **11.** Sesamzaad, **12.** Sulfiëten, **13.** Lupine, **14.** Weekdieren . **P = potentieel (i.e., kan aanwezig zijn).**



*Hoe hoger de score is, hoe beter het gerecht is voor uw gezondheid en onze planeet.*

**Vanaf 14/9 tot 18/9**



	MAANDAG 14/9	DINSDAG 15/9	WOENSDAG 16/9	DONDERDAG 17/9	VRIJDAG 18/9
Soep - Soupe	 Bloemkoolsoep 39kcal A : 6, 9	 Tomatensoep 52kcal A : 6, 9	 Currysoep 212kcal Intern: 0.46 € Extern: 0.92 € A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10, 11 (P), 12	 Aspergesoep 89kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 6, 7, 9 (P)	 Champignonsoep 55kcal A : 6, 9
Eiwit - Protéine	 Gepaneerd kalkoenlapje 274kcal A : 1, 1a	 Pitta reepjes 311kcal A : 1, 1a, 6, 9	 Cordon bleu 416kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 7, 9	 Ham en kaassaus 204kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 7, 9	 Boomstammetje 438kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 1e (P), 3, 6 (P), 7, 10 (P), 12
Saus - Sauce	 Zigeunersaus 58kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 9	 Looksaus 417kcal A : 3, 10, 12 (P)	 Mosterdsaus 8kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 10, 12		 Spaanse saus 20kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)
Zetmeel - Féculent 1	 Tex Mex aardappelen 188kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 6, 9, 10 (P), 11	 Griekse pasta 412kcal A : 1, 1a, 3 (P)	 Gestoomde aardappelen 142kcal	Macaroni	 Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7
Groenten - Légumes 1	 Rode kool 63kcal	 Paprikareepjes 69kcal	 Boterboontjes 149kcal A : 6, 9		 Broccoli 49kcal
Vegetarisch - Végétarien	 Gepaneerde Quornfilet 281kcal A : 1, 1a, 1b, 1c, 1d, 1e (P), 3, 5 (P), 6, 7, 11 (P), 13 (P)	 Vegetarische stoofpotje 152kcal A : 1, 1a, 3, 6, 10, 12 (P)	 Quorn cordon bleu 205kcal A : 1, 1a, 3, 7	 Quorn in witte saus 109kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7, 9	 Quiche met 4 groenten 566kcal A : 1, 1a, 3, 6, 7

**Allergenen (A) :** **1.** Gluten, **1a.** Tarwe, **1b.** Rogge, **1c.** Gerst, **1d.** Haver, **1e.** Spelt, **1f.** Kamut, **2.** Schaaldieren, **3.** Eieren, **4.** Vis, **5.** Aardnoten, **6.** Soja, **7.** Melk, **8.** Noten, **8a.** Amandelen, **8b.** Hazelnoten, **8c.** Walnoten, **8d.** Cashewnoten, **8e.** Pecannoten, **8f.** Paranoten, **8g.** Pistachenoten, **8h.** Macadamianoten, **8i.** NOT\_USED, **9.** Selderij, **10.** Mosterd, **11.** Sesamzaad, **12.** Sulfieten, **13.** Lupine, **14.** Weekdieren . **P = potentieel (i.e., kan aanwezig zijn).**



*Hoe hoger de score is, hoe beter het gerecht is voor uw gezondheid en onze planeet.*

— week 39 stjb + dropkeukens + anzegem

**Vanaf 21/9 tot 25/9**



	MAANDAG 21/9	DINSDAG 22/9	WOENSDAG 23/9	DONDERDAG 24/9	VRIJDAG 25/9
Soep - Soupe	Courgettesoep 40kcal A : 6, 9	Vissoep 55kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 4, 9, 12 (P)	Tomatensoep 52kcal A : 6, 9	Groentesoep 38kcal A : 6, 9	Kervelsoep 69kcal A : 6, 9
Eiwit - Protéine	Varkenslapje 275kcal	Kippenbout 665kcal A : 9	Runderreepjes 195kcal A : 1 (P), 3 (P), 6 (P), 7 (P), 10 (P)	Vogelnestje 215kcal A : 1, 1a, 3, 6, 10, 12 (P)	Koolvis delight 174kcal A : 1, 1a, 4, 7
Saus - Sauce	Tijmsaus 2kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 12	Currysaus 26kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 7, 9, 10, 11 (P)	Spaanse saus 20kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)	Tomatensaus 35kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 9	Vissaus 52kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 4, 6, 7, 9, 12
Zetmeel - Féculent 1	Natuuraardappelen 142kcal	Wedges 672kcal  Witte rijst 213kcal	GRATIN DAUPHINOIS 2900kcal A : 1c (P), 2 (P), 4 (P), 7, 8 (P), 8a (P), 8b (P), 8g (P)	Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7	Gebakken aardappelen met cajun 204kcal
Groenten - Légumes 1	Erwtjes op z'n Frans 112kcal	Broccolimix 85kcal	Warme appel 20kcal	Wortelen met ajuin 97kcal	Ratatouille 57kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 9
Vegetarisch - Végétariens	SCO Vegetarische burger 745kcal A : 1, 1a, 1b, 1c, 1d (P), 3, 6, 7, 10, 12 (P), 13 (P)	Kaaskroketten 291kcal A : 1, 1a, 3 (P), 6, 7, 12 (P)	chef's choice	Vegetarische balletjes 242kcal A : 1, 1a, 3, 6	chef's choice


















**Allergenen (A) :** **1.** Gluten, **1a.** Tarwe, **1b.** Rogge, **1c.** Gerst, **1d.** Haver, **1e.** Spelt, **1f.** Kamut, **2.** Schaaldieren, **3.** Eieren, **4.** Vis, **5.** Aardnoten, **6.** Soja, **7.** Melk, **8.** Noten, **8a.** Amandelen, **8b.** Hazelnoten, **8c.** Walnoten, **8d.** Cashewnoten, **8e.** Pecannoten, **8f.** Paranoten, **8g.** Pistachenoten, **8h.** Macadamianoten, **8i.** NOT\_USED, **9.** Selderij, **10.** Mosterd, **11.** Sesamzaad, **12.** Sulfieten, **13.** Lupine, **14.** Weekdieren . **P = potentieel (i.e., kan aanwezig zijn).**



*Hoe hoger de score is, hoe beter het gerecht is voor uw gezondheid en onze planeet.*



**Vanaf 28/9 tot 30/9**

	MAANDAG 28/9	DINSDAG 29/9	WOENSDAG 30/9
Soep - Soupe	 Preisoep puur 80kcal A : 6, 9	 Tomatensoep met balletjes 84kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c (P), 1d (P), 3, 6, 7, 9, 10 (P)	 Copy Groentensoep 66kcal €: 1.60 € A : 6, 9
Eiwit - Protéine	 Krokante kipfilet 381kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 1e (P), 3, 6, 7, 8 (P), 11 (P), 13 (P)	 Zwitserse schijf 36kcal	 Orloff gebraad 282kcal A : 1a (P), 1b (P), 1c (P), 1d (P), 1e (P), 7, 9
Saus - Sauce	 Champignonsaus 26kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 12	 Vleessaus 1kcal A : 1, 1a, 1b (P), 1c, 1d (P), 7, 9, 12	 Kaassaus 111kcal A : 1, 1a, 7
Zetmeel - Féculent 1	 gestoomde krieltjes 142kcal	 Ovenaardappelen 152kcal	 Aardappelpuree 282kcal A : 6, 7
Groenten - Légumes 1	 Perzik 113kcal	 Erwtjes en wortelen 89kcal	 Salade ijsberg 5kcal
Vegetarisch - Végétariën	 Quorn cordon bleu 205kcal A : 1, 1a, 3, 7	 Bloemkoolkaasburger 90kcal	chef's choice

**Allergenen (A) : 1.** Gluten, **1a.** Tarwe, **1b.** Rogge, **1c.** Gerst, **1d.** Haver, **1e.** Spelt, **1f.** Kamut, **2.** Schaaldieren, **3.** Eieren, **4.** Vis, **5.** Aardnoten, **6.** Soja, **7.** Melk, **8.** Noten, **8a.** Amandelen, **8b.** Hazelnoten, **8c.** Walnoten, **8d.** Cashewnoten, **8e.** Pecannoten, **8f.** Paranoten, **8g.** Pistachenoten, **8h.** Macadamianoten, **8i.** NOT\_USED, **9.** Selderij, **10.** Mosterd, **11.** Sesamzaad, **12.** Sulfieten, **13.** Lupine, **14.** Weekdieren . **P = potentieel (i.e., kan aanwezig zijn).**

*Hoe hoger de score is, hoe beter het gerecht is voor uw gezondheid en onze planeet.*