

## Boodschappenlijst In week 8 (20 feb)

aantal personen in uw huishouden



### Menu 1: Gevulde courgette met gehakt, rode paprika en rijst

<b><u>Zelf toevoegen:</u></b>	<b>1 pers</b>	<b>2 pers</b>	<b>3 pers</b>	<b>4 pers</b>
Zilvervliesrijst (gr)	70	140	210	280
Olijfolie (el)	2	4	6	8
Stroganoff gehaktkruiden	Zie gebruiksaanwijzing			
Tablet groentebouillon	½		1	

### Menu 2: Zalmfilet met aardappelen en snijbonen en veldsla

<b><u>Zelf toevoegen:</u></b>	<b>1 pers</b>	<b>2 pers</b>	<b>3 pers</b>	<b>4 pers</b>
Olijfolie (el)	1	2	3	4
Roomboter (el)	1	2	3	4
Honing (el)	1	2	3	4
Mosterd (el)	½	1	1½	2
Witte balsamicoazijn (el)	1	2	3	4
Extra vierge olijfolie (el)	1½	3	4½	6

### Menu 3: Ovenschotel met volkoren pasta en mozzarella

<b><u>Zelf toevoegen:</u></b>	<b>1 pers</b>	<b>2 pers</b>	<b>3 pers</b>	<b>4 pers</b>
Volkoren pasta (gr)	70	140	210	280
Olijfolie (el)	2	3	4	4
tablet groentebouillon	½		1	