



Recept/dagindeling Stap 3

Ochtend:

1x Cb Vanilla Rice Pudding

Tussendoor:

Lekker bakkie koffie of thee

Middag:

1x 1/2 Cb soep met 100 gr vegetarische balletjes en een beetje water en verschillende groente

Tussendoor:

1/2 Cb reep

Avond:

1x Cb Pasta Macaroni Cheese met champignons, rucola, tomaat en courgette

Tussendoor:

schaaltje 150 ml vruchtenkwark

