

MENU

GO! onderwijs van de
Vlaamse Gemeenschap

DON 2/9/21

VRIJ 3/9/21

Tomatensoep



Stoofvlees

Slalalala

Frietjes

Preisoep



Macaroni ham-kaas



Welkom terug iedereen, klaar voor het nieuwe
schooljaar!

Maak er een fantastisch schooljaar van ☺☺☺!



MENU

Go! onderwijs van de
Vlaamse Gemeenschap

MA 6/9/21

Knolseldersoep



Stoofpotje

Puree

DIN 7/9/21

Wortelsoep



Kippenworst

Appelmoes met stukjes

Patatjes



DON 9/9/21

*Tomatensoep met stukjes en
pastasliertjes*



Vol-au-vent

Sla en komkommers

Krokante frietjes

VRIJ 10/9/21

Courgettesoep



Spaghetti bolognaise



Mopje van de week:

Jantje komt in de supermarkt. Hij vraagt aan de medewerker: "Hebben jullie ook nog halfvolle melk?".

"Nee" zegt de medewerker, "alleen maar volle melk."

Jantje zegt: "Oh, maar dat is geen probleem, dan giet ik hem zelf wel half leeg!".

scholengroep
Go! WESTHOEK
Passie voor kwaliteitsvoeding



MENU

MA 13/9/21

Champignonsoep



Gyros

Rijst

DIN 14/9/21

Currysoep



Hamburger

*Witte bonenvriendjes in
tomatensaus*

Patatjes

DON 16/9/21

Tomatensoep met balletjes



Fish sticks in vormpjes

Tartaarsausje

Geraspte wortelen

Puree

VRIJ 17/9/21

Kervelsoep



Spirelli 'Alfredo'

Parmezaanse kaassaus

*Zoete aardappel, courgette,
tomaat*



Recept van de week: pastasaus 'Alfredo'

Klassiek gezien is dit een pasta waarbij het kookvocht gebruikt wordt samen met Parmezaanse kaas en zwarte peper om de basissaus te vormen. Wij geven er een heerlijke twist aan en maken er echt een smeuge kaassaus van met heerlijke groenten.

MENU

MA 20/9/21

Broccolisoeep



Gentse waterzooi

Patatjes

DIN 21/9/21

Kippensoep



*Gehaktballen in
tomatensaus*

Puree

DON 23/9/21

Viensoep met korstjes



Kippenbrochette
Provençaalse saus
Ijskoude krokante sla
Frietjes

VRIJ 24/9/21

Paprikasoeep



Spaghetti carbonara



Wist-je-dat-je van de week:

De noordpool is een zee-ijsoppervlak, onder de noordpool is dan ook geen land enkel oceaan.

MENU

MA 27/9/21

Groentesoep

GLUTENVRIJ LACTOSEVRIJ

😊😊😊

Wok

Rijst



DIN 28/9/21

Tomatensoep met balletjes

😊😊😊

Worst

Broccoli in kaassaus

Patatjes

DON 30/9/21

Bouillonsoepje

GLUTENVRIJ LACTOSEVRIJ

😊😊😊

Duivelsgebraad in
spekjesaus

Sla

Knikkerkroketjes

VRIJ 1/10/21

Venkelsoep

😊😊😊

Napolitaanse pasta met
balletjes

Enkele voordelen van nu en dan een plantaardig menu:



- Verkleint het risico op hart- en vaatziekten, diabetes type 2 en sommige kankers.
- Voor de productie van 1 kilogram rundvlees is 15.000 liter water nodig. Ter vergelijking: voor 1 kilogram tarwe is dat slechts 900 liter.
- Door gedurende 1 jaar wekelijks 1 'veggiedag' te houden verlaag je de broeikasuitstoot evenveel als wanneer je 1.250 kilometer zou fietsen in plaats van de auto te nemen.
- Door gedurende 1 jaar 1 dag in de week plantaardig te eten, spaar je elk jaar het leven van ruim 20 dieren.