

Product			variant 1			
			kcal	e	k	v
07.30	brinta	40 gr	146	5	30	1
	melk (half volle)	250 ml	125	9	13	4
10.30	bruin brood	3 sneetjes	250	10	45	4
	kaasbeleg (20+)	2 plakjes	161	23	0	8
	kipfilet	1 plakje	46	5	0	3
	appel	1 st	60	1	14	0
13.00	bruin brood	4 sneetjes	350	13	63	5
	kaasbeleg (20+)	2 plakjes	161	23	0	8
	kipfilet	2 plakje	92	10	1	6
15.30	bruin brood	1 sneetjes	88	3	16	1
	kaasbeleg (20+)	1 plakjes	81	11	0	4
	chocola (puur)	10 gr	51	1	5	3
	gekookte ei	1 st	82	7	0	6
18.30	gekookte ei	1 st	82	7	0	6
	banaan	1 st	124	1	30	0
21.30	zalmfilet	150 gr	330	30	0	24
	rauwe groente	ca. 200 gr	30	2	6	0
22.30	kwark (mager)	250 gr	140	25	8	0
totaal			2399	186	231	83