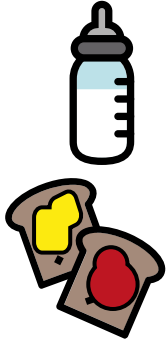
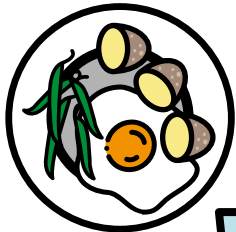


# voorbeeld van een DAGMENU OP 18 MAANDEN



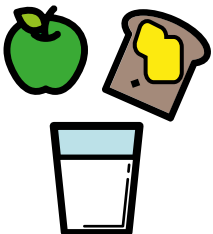
**8.00 u.**  
1 fles groeimelk van 200ml +  
1 à 2 snede(n) brood +  
boter of margarine +  
afwisselend honing of  
confituur of gelei of  
(choco zonder boter  
of margarine)



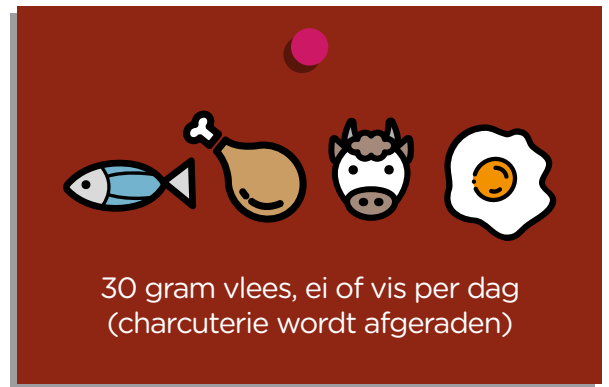
**11.30 u.**  
3 à 4 middelgrote  
aardappelen (in water  
gekookt) of 3 à 4  
eetlepels rijst of pasta  
+ 2 à 3 eetlepels  
groenten + 30 gram  
vlees (2 eetlepels of de  
handpalm van uw  
kind) + vetstof  
+ water



WATER!  
ALS HET  
KIND  
DORST  
HEEFT



**15.00 u.**  
1 stuk fruit +  
1 snede brood  
+ boter of margarine  
+ 1 glas groeimelk van  
100ml



**18.00 u.**  
Soep +  
1 à 2 snede(n) brood +  
boter of margarine +  
eventueel kaas



**20.00 u.**  
1 fles groeimelk van  
200ml



Niet te veel en niet elke dag: koekjes,  
snoep, koffiekoeken,  
chips ...

