

(H)eerlijke, veggie keuken van Twinkel



	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Baby's					
4mnd	Bloemkool, wortel	Quinoa, broccoli	Pompoen, kervel	Courgette, aardappel	Aardappel, knolselder
6mnd geplet	Bloemkool, wortel, aardappel	Quinoa, broccoli, tofu	Pompoen, kervel, gierst	Courgette, aardappel, wortel, eitje	Aardappel, knolselder
+6mnd Rapley (peuters krijgen dit ook als tussendoortje)	Linzen, aardappel, bloemkool, wortel	Quinoa, broccoli, tofu, pastinaak	Pompoen, pasta, raapjes	Courgette, pasta, wortel, eitje, tomaatjes	Champignons, aardappel, courgette, knolselder
Peuters	Linzen, aardappel, bloemkool, wortel	Quinoa, broccoli, tofu, spinazie	Pompoen, gierst, kervel, tempeh	Pasta, tomatensaus, courgette, omelet	Aardappel, champignons, sojaroom, groentemengeling