

Gezondblog

Week 26

MAANDAG

- [Walnotecake](#)
- [Ham rolletjes](#)
- [Gekookt ei met rookvlees](#)
- [Snijbonen met feta](#)

DINSDAG

- [Mango smoothie](#)
- [Speltbrood met hummus](#)
- [Gevulde bleekselderij](#)
- [Ovenschotel aubergine](#)

WOENSDAG

- [Overnight met kokos](#)
- [Lijnzaadbrood](#)
- [Stuk fruit](#)
- [Roergebakken broccoli](#)

DONDERDAG

- [Lijnzaad crackers kaas](#)
- [Fruity salad smoothie](#)
- [Pompoen pitjes](#)
- [Andijvie schotel](#)

VRIJDAG

- [Yoghurt met superfoods](#)
- [Groente omelet](#)
- [2 tot 4 \(gedroogde\) dadels](#)
- [Gebakken zalm & ansjovis](#)

ZATERDAG

- [Lijnzaadbrood](#)
- [Broccolisoepp](#)
- [Walnotecake](#)
- [Warme groente salade](#)

ZONDAG

- [Appel pannenkoek](#)
- [Groentetaart](#)
- [Zoete aardappel snack](#)
- [Broccolisoepp](#)

TIPS !

Zet het ontbijtje van woensdag alvast klaar op dinsdagavond zodat het goed op kan stijven.

Serveer in het weekend bij de broccolisoepp een sneetje lijnzaadbrood.