



Zilver blaadje

April 2025



MAANDELIJKS HUISKRANTJE "Zilverblaadje"

JAARGANG 14

Nummer 4 – april 2025

De redactie:

Tom Destrycker

Chadia Itters

Chloé Vankerckhove

Jasper De Jonge

Karen Vanden Berghen

Larissa Jacobs

Michaël Ostijn

Sandra De Man

Vera De Boeck

Verantwoordelijke uitgever:

Jan Desmeth – Burgemeester gemeente Sint-Pieters-Leeuw

In dit nummer

Voorwoord	5
Gedicht van de maand	6
We nemen afscheid van ...	7
Terugblik op de voorbije activiteiten	8
Proevertje van de maand	14
Een dag niet gelachen, een dag niet geleefd	15
Bij Meneer Dokter	16
Allemaal beestjes	18
Huis- tuin- en keukenrubriek	20
De bezige bijtjes	23
Activiteiten april 2025	27
Menu's	29



Voorwoord

Beste bewoners, familieleden, lezers, ...

We zijn alweer beland in de maand april, het eerste kwart van het jaar is al achter de rug. Wat gaat de tijd toch snel. Met de helft van de Vasten al achter de rug kunnen we onze blik zelfs voorzichtig en stilletjes richting de zomer richten. De blaadjes aan de bomen beginnen in elk geval al te komen. De mogelijke pollenallergie moeten we er spijtig genoeg bijnemen.

Ook al achter de rug is ons carnavalsfeest van vorige week, waarbij een dikke proficiat aan alle deelnemers (en aan jurylid Yvette!) meer dan op zijn plaats is. Wie heeft er een 1 april-grap nodig om te lachen, als je kan terugdenken aan al die topvoorstellingen? Ik alvast niet.

Gelukkig is er ook deze maand veel om naar uit te kijken: bloemschikken, de week van de valpreventie, een heuse sportdag en nog zoveel meer.

Tot slot is ook nog een zeer groot dankwoord op zijn plaats voor verpleegkundige Inge, die op het einde van de maand van haar welverdiend pensioen gaat genieten, na meer dan 35 jaar dienst! We gaan haar missen.

Veel leesplezier!

Jasper De Jonge

Afdelingshoofd-directeur Woonzorg



Gedicht van de maand

Muziek

Muziek, de taal van het hart,
die onze ziel kan raken,
die ons kan vervoeren
en ons kan laten ontwaken.



Muziek, een melodie van emoties,
die ons meeneemt naar andere sferen,
die ons kan laten dansen
en ons kan laten zweven.



Muziek, een symfonie van geluiden,
die ons kan troosten in moeilijke tijden,
die ons kan inspireren
en ons kan laten groeien.



Muziek, een universele taal,
die grenzen overstijgt,
die ons verbindt met elkaar
en ons hartstochtelijk doet zingen.



Muziek, een eeuwigdurende bron,
die ons altijd zal vergezellen,
die ons zal blijven omringen
en ons zal blijven betoveren.

We nemen afscheid van...



Mevrouw VANDEN BROECK Katharina overleed op 04/03/2025 op 94-jarige leeftijd.

Zij verbleef hier in het woonzorgcentrum sinds 29/11/2018.



Mevrouw REHM Edith overleed op 15/03/2025 op 80-jarige leeftijd.

Zij verbleef hier in het woonzorgcentrum sinds 26/01/2022.



Meneer WALRAVENS August overleed op 22/03/2025 op 89-jarige leeftijd.

Hij verbleef hier in het woonzorgcentrum sinds 17/08/2018.

MOOISTE STERREN

Ver boven de wolken

daar heel dicht bij de maan,

zien we jullie als de mooiste sterren

tussen duizend lichtjes staan.

Terugblik op de voorbije activiteiten

KTA op activiteitendag (18/03)





Verjaardagsfeest (20/03)



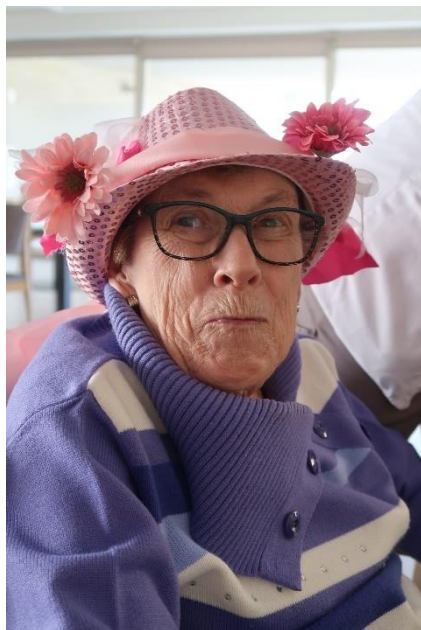


Uitstap naar het domein van Huizingen (25/03)





Carnavalsfeest (27/03)





Proevertje van de maand

Pajottenlands recept van Irène Bultereys: Eiertvla

Nodig: 1 liter melk

10 sneden peperkoek

300 gr bruine suiker

½ koffielepel kaneel

5 beschuiten

8 eieren en een snuifje zout



Bereiding:

Doe in een kookpot de melk + de peperkoek en de beschuiten die je in stukjes hebt gebroken.

Voeg de suiker, kaneel en zout toe en laat lichtjes koken terwijl je goed roert.

Klop de eieren los (wit en geel samen).

Neem de kookpot van het vuur, mix alles goed, voeg dan de eieren toe en mix opnieuw.

Giet het beslag in vuurvaste kommetjes en vul deze tot de helft.

Verwarm de oven voor tot 150°, zet de kommetjes in de oven en laat ze 30 min bakken in de oven.

Serveer lauw. Smakelijk!

Een dag niet gelachen, een dag niet geleefd

De telefoon rinkelt en de vader van vijf dochters neemt op.

Aan de andere kant van de lijn zegt iemand heel lief:

"Snoepje, ben jij het?"

"Nee, antwoordt de vader geïrriteerd, je spreekt met de eigenaar van de snoepwinkel"

Een koppel heeft ruzie gehad. De vrouw belt naar haar moeder en zegt:

- We hebben weer ruzie gehad, ik kom bij jou wonen!

Waarop haar moeder antwoordt:

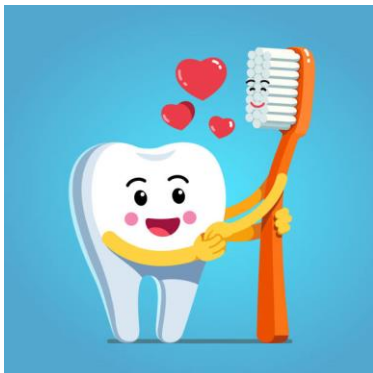
- Nee, schat, hij moet boeten voor zijn fouten. Ik kom bij jou wonen!



Bij Mevrouw Dokter

Het belang van goede mondzorg bij kwetsbare ouderen.

Veel ouderen en kwetsbare mensen kunnen niet gemakkelijk zelf hun gezondheid op peil houden. Ze hebben hier wat hulp bij nodig. Je kan hen niet zomaar een tandenborstel en tandpasta geven en ervan uitgaan dat het zo wel goed komt. Of je nu als zorgpersoneel in een WZC werkt of je als zoon of dochter van je zelfstandig wonende ouder het allemaal wat in de gaten wilt houden; we geven graag enkele tips om complicaties door slechte mondzorg te voorkomen. Waar moet je op letten bij deze groepen en wat kan er gebeuren als de kwaliteit van de mondzorg achterwege blijft?



Het belang van goede mondverzorging

Onder mondverzorging verstaan we de dagelijkse handelingen om je mond en gebit schoon en gezond te houden. Dit is bijvoorbeeld tanden poetsen, de gebitsprothese 's avonds reinigen en 's nachts droog in een potje bewaren. Zo voorkom je problemen, zoals gaatjes en ontstekingen. Ook verklein je de kans op eventuele infecties. Het is ook aan te raden om de tandenborstel regelmatig, 3-maandelijks te vervangen. In ons WZC doen we dit 6-maandelijks.

Oorzaken van mondproblemen bij ouderen

Er zijn verschillende redenen waarom kwetsbare ouderen en mensen met dementie mondproblemen krijgen. Ze gebruiken vaak verschillende medicijnen, wat kan leiden tot een droge mond. De motoriek is vaak minder, waardoor mondverzorging meer moeite kost. Ze hebben soms minder motivatie om iedere dag hun mond te verzorgen. Het lukt vaak niet om naar de tandarts te gaan. Dit kan komen door problemen met vervoer, planning of afhankelijkheid van anderen.

Weigering van mondzorg bij dementie

Het komt erg vaak voor dat iemand met dementie mondzorg weigert. Hierdoor kan de mondgezondheid van de persoon met dementie achteruit gaan en daardoor mogelijk de algehele gezondheid.

Wat zijn de gevolgen van een slechte mondzorg?

Door slechte mondhygiëne kan tandvleesontsteking ontstaan, waardoor bacteriën vrij spel krijgen. Deze kunnen schade aanrichten in uw lichaam. Het gaat dan om aandoeningen zoals aderverkalking, hart- en vaatziekten en longontsteking.

Complicaties door slechte mondzorg

Net zoals dat voor iedereen geldt, is het het beste als ouderen en kwetsbaren twee keer per dag hun tanden goed poetsen.

Wanneer het gebit van ouderen of kwetsbare personen niet goed onderhouden wordt, kunnen er meerdere complicaties optreden. Denk hierbij aan minder ernstige complicaties zoals een slechte adem tot aan heftige complicaties waaronder aantasting van de zenuwen door tandbederf. Ontzettend veel ontstekingen kunnen ontstaan wanneer er te veel bacteriën in de mond achterblijven. Deze bacteriën kunnen schade aanrichten in uw lichaam. Het gaat dan om aandoeningen zoals aderverkalking en hart- en vaatziekten.

De gevolgen van de complicaties

Er zijn een hoop gevolgen als het aankomt op slechte mondzorg. Niet alleen kunnen complicaties zoals hierboven genoemd optreden, maar dit kan nog veel grotere problemen veroorzaken. Als iemand pijn ervaart tijdens het eten, kan dit zomaar resulteren in ondervoeding. Elke keer dat ze eten, kost het te veel moeite en pijn, waardoor het plezier van een maaltijd er niet meer is en eten minder en minder gedaan wordt.

Ook kan iemand een flinke infectie oplopen in de mond, wat kan resulteren in een ontsteking in bijvoorbeeld de longen. Juist deze kwetsbare groepen kunnen zo'n infectie niet gemakkelijk opvangen, dus is het belangrijk om ze hiervoor te behoeden.

Allemaal beestjes

De cheeta's en de Anatolische herders

In het Afrikaanse Namibië, waar boeren en veefokkers met moeite in hun levensonderhoud voorzien op de droge zanderige grond, is de cheeta geen vriend van de mens.



Voor de wilde katten is het vee een grote, verleidelijke prooi, zeker in tijden van droogte, wanneer natuurlijke prooidieren op de savannes schaars zijn. Een cheeta die het waagt om aan te vallen wordt vaak afgeschoten door de boer, die zijn inkomstenbron veilig wil stellen. Het Cheetah Conservation Fund kwam met een inspirerend alternatief: een waakhond om het vee te beschermen.

Hiervoor werden Anatolische herders gekozen, een ras dat duizenden jaren al in Centraal Turkije werd gefokt. De honden zijn groot, trouw en zeer bedreven in het weggagen van schichtige katten zoals de cheeta. Het idee achter het succesvolle programma was om de cheeta's weg te houden bij de schapen en geiten. Niet alleen zou ze dat behoeden voor de kogel, het zou ook de smet op hun reputatie onder veehouders wegnemen. Zo zou de soort behouden blijven. Het opmerkelijke aan dit verhaal is dat in dierentuinen in de USA dezelfde herders worden ingezet bij cheeta's. Niet om ze weg te jagen, maar om ze vertrouwen te bieden.

Zij brengen cheeta's vaak al op jonge leeftijd in contact met gedomesticeerde honden. Als ze samen opgroeien, is de hond een soort grote broer voor de cheeta.

Cheeta's zijn van nature heel voorzichtig. De hond, kalm, vriendelijk en flexibel, helpt met zijn lichaamstaal de cheeta te ontspannen en te wennen aan ongewone omstandigheden. Cheeta's reageren anders op ons, dan op andere harige viervoeters zoals zichzelf, maar dan met een kwispelstaart...

Een hond likt de oren van de cheeta en de cheeta mag op zijn beurt de hond aanvallen en op hem "kauwen". We kunnen een cheeta beter een hond van 70kg als speelkameraadje geven dan een mens. Zo kunnen ze echt samen worstelen en spelen, een belangrijk onderdeel van het leer-en socialisatieproces. Het San Diego Zoo Safari Park heeft hetzelfde experiment met andere soorten pups gedaan, maar herders blijken toch het meest geschikt.



Het is wel zo dat de meeste honden wel 24u/dag willen spelen, terwijl de meeste katten wel 20 van de 24u kunnen slapen. De dieren brengen niet de hele dag samen door. Eten doen ze bvb apart. Honden schrokken en katten kauwen, dus dit zou makkelijk tot een conflict kunnen leiden tijdens het

eten. Anderzijds, als puppy en kitten het van meet af aan goed met elkaar kunnen vinden, zijn ze vrienden voor het leven.

Huis-tuin-keukenrubriek

Wie was er eerst de kip of het ei? Kippenweetjes

Maar al te vaak wordt de kip weggezet als oninteressant of zelfs dom. Maar niets is minder waar!

Het is tijd dat we de kip eens beter leren kennen. Want de meest voorkomende vogel op aarde is tevens de meest uitgebuite op aarde. Het is tijd om haar niet enkel als 'massaproduct' voor goedkoop vlees en eieren te zien, maar voor het prachtige dier dat ze is.



De kip stamt af van de rode kamhoen uit Zuidoost-Azië. Haar gedrag is nog veelal hetzelfde als dat van haar wilde voorvaders. In een natuurlijke omgeving besteedt de hedendaagse kip het grootste deel van haar tijd aan scharrelen, op zoek naar voedsel. Ze loopt grote afstanden en kan korte afstanden vliegen. Ze klimt graag in bomen en verblijft daar 's nachts om zich tegen roofdieren te beschermen (op stok gaan).

- Wist je dat de kip de meest voorkomende vogelsoort is ter wereld en dat er ook een zeer groot aantal rassen bestaat?
- We gebruiken het woord kip, maar eigenlijk is het vrouwelijk 'Hen'.
- Wist je dat de kip haar kop kan draaien in alle richtingen, dankzij het grote aantal halswervels: veertien. (Ter vergelijking: de mens heeft er maar zeven.)
- Wist je dat een kip geen oorschelp heeft en kleuren ook anders ziet? Voor een kip is roodgeel de helderste kleur. Daarna volgt geel.

- Wist je dat kippen die zich goed voelen nieuwsgierig zijn en steeds op zoek zijn naar voedsel. Gezonde kippen gedragen zich levendig en mengen zich in de groep.
- Wist je dat gezonde kippen regelmatig een stofbad nemen om zichzelf te verfrissen en dat kippen ook echte zonnekloppers zijn.
- Wist je dat het ei voor de kip het middel is om zich voort te planten en de kippen die wij als legkippen houden leggen bijna elke dag een ei.
- Wist je dat kippen een krop hebben, daar komt het voedsel in terecht en kan het inweken. Daarna zijn er twee magen die meehelpen om het voer fijn te krijgen. De kliermaag voegt maagsappen toe voor de verdere vertering. De spiermaag kneedt het voer en maalt het fijn met behulp van kleine steentjes die de kip oppikt. Daarna wordt het voer verder verwerkt in de dunne darm. De reststoffen verlaten het lichaam via de endeldarm en de cloaca.
- Wist je dat kippen gemiddeld 10 jaar leven, de oudste kip ooit heette Mathilde en werd 16 jaar oud.
- Wist je dat kippen een goed geheugen hebben: ze kunnen zich tot wel 100 individuele koppen herinneren en zelfs ook als ze maandenlang van elkaar gescheiden zijn geweest. Ook gezichten van mensen kunnen ze onthouden met succes.
- Wist je dat kippen ook als therapiedieren kunnen dienen voor zieke en oudere mensen?
- Wist je dat kippen een uitgebreide communicatie hebben? We kunnen nu al 24 verschillende stemgeluiden onderscheiden, maar waarschijnlijk zijn er nog veel meer. Hiermee communiceren ze o.a. over voedsel, blijdschap, gevaar, paren en nesten.



- Wist je dat Kippen wel 100 soortgenoten kunnen herkennen en onthouden? Ze herkennen bovendien elkaars sociale status in de groep. In een natuurlijke omgeving leven kippen namelijk in een duidelijk sociaal systeem met een hiërarchie (pikorde). Ook is het bekend dat ze mensengezichten herkennen en onthouden.

Zoals jullie hebben kunnen lezen zijn kippen dus wel degelijk interessante dieren!! En iedereen had vroeger wel één of meer kippen lopen in de tuin. Verder in het krantje vind je nog een lekker receptje met hun kakelverse eitjes !



VROLIJK PASEN



<http://talendblog.wordpress.com>

De bezige bijtjes!

Paasraadsel

Het is Pasen en de paaseieren zijn verstopt. Julie, Hans, Pieter en Edwin gaan op zoek. Wie vindt waar de paaseieren zijn en welke kleur ze hebben? Volg de aanwijzingen en kom erachter.

	Geel	Blauw	Rood	Oranje	Boom	Struik	Steeg	Emmer
Julie								
Hans								
Pieter								
Edwin								
Boom								
Struik								
Steeg								
Emmer								

Enkele tips:

- 1) Edwin vindt niets achter de struik.
- 2) De gele en de rode paasei zijn niet verstopt in de steeg.
- 3) Julie vindt wel iets achter de struik.
- 4) Hans vindt de rode paasei en Edwin de gele.
- 5) De gele paasei ligt in de boom.
- 6) Pieter vindt het blauwe ei in de emmer.



Woordzoeker lente

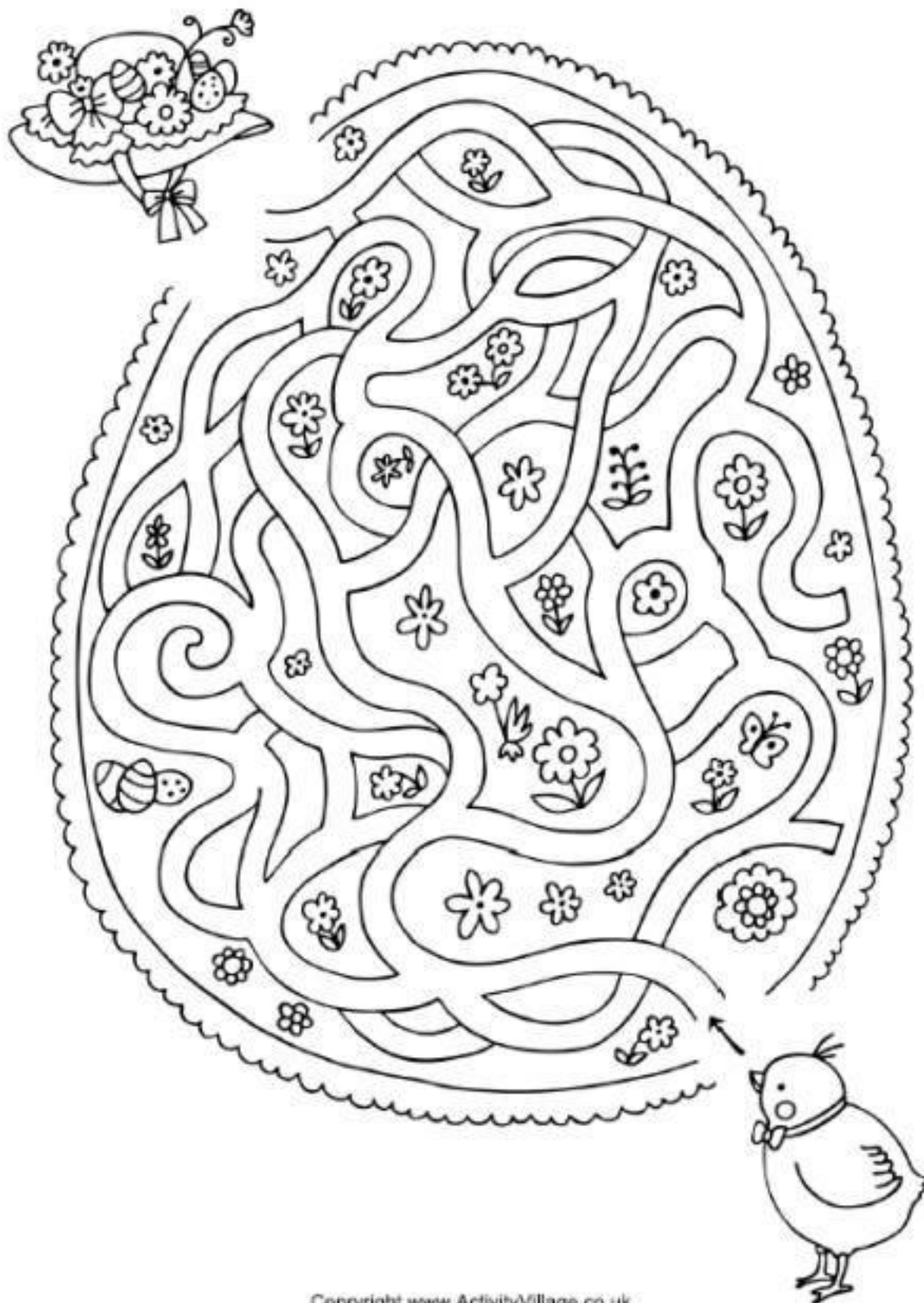


APRIL
 BLOEIEN
 BLOEMEN
 BLOESEM
 BOMEN
 BROEDEN
 EITJES
 HYACINT
 JAARGETIJD
 KALF

KIKKERDRIL
 KROKUS
 KUIKEN
 LAMMETJES
 LENTE
 MAART
 MEI
 NARCIS
 NATUUR
 NEST

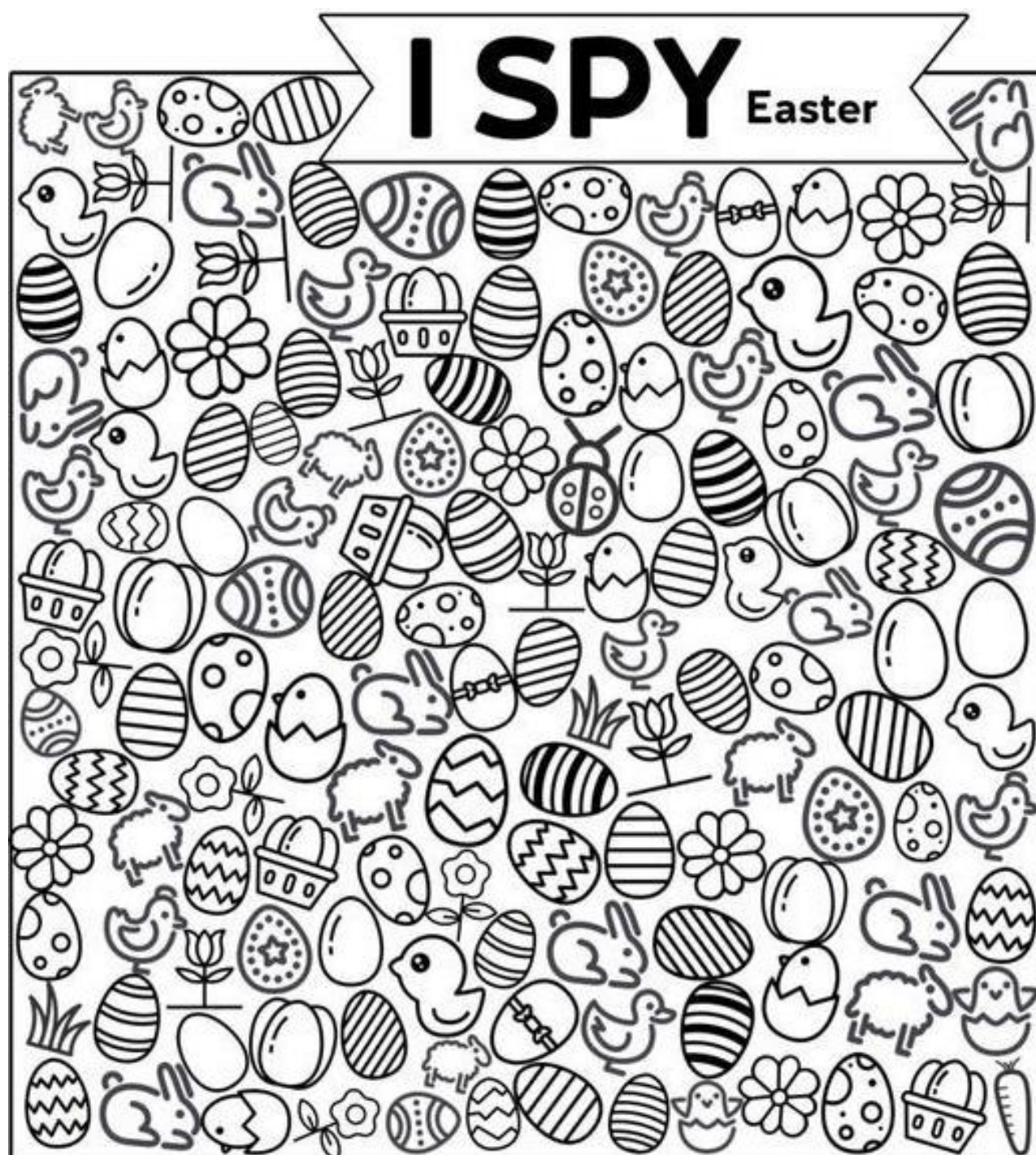
PAARDENBLOEM
 RUPS
 SEIZOEN
 TULP
 VEULEN
 VLINDER
 VOORJAAR
 ZAAIEN
 ZONNIG

Paasdoolhof



Copyright www.ActivityVillage.co.uk

Zoekprent Pasen



- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
| 2 | | 4 | | 4 | | 5 | | 4 | | 5 | | 7 | | 4 | | 6 | | 5 | |
| 1 | | 6 | | 7 | | 1 | | 3 | | 6 | | 7 | | 4 | | 7 | | 5 | |
| 3 | | 3 | | 4 | | 6 | | 2 | | 7 | | 5 | | 9 | | 6 | | 3 | |

Activiteiten april 2025



Elysée Shoes

1 april om 14u

Schoenenverkoop

Op Zonnedal

11 april om 9u30

**9u30 Kledijverkoop voor
bewoners**

**14u15 Modeshow en
kledijverkoop**

In de vergaderzalen

21 april om 9u30

**Paasviering
(onder voorbehoud)**

In de Meander

22 april om 14u15

Grote zitaerobic

Op Wolkenveld

23 april om 14u00

Seniorenfeest

op inschrijving bij animatie
(zie affiche)

24 april om 14u15

**Sportnamiddag bewoners
in kader van de
valpreventieweek**

In de Meander



Seniorenfeest

WOENDSAG 23 APRIL 2025
WAAR? WILDERSPORTCOMPLEX

PROGRAMMA

14u00

Verwelkoming door schepen
van senioren An Speeckaert

14u10 t.e.m. 17u00

Optredens van Garry Hagger
en DJ Marc Huylebroeck.

Inschrijvingsstrookje

Ik,,
wens mee te gaan naar het seniorenfeest.

**OPGELET! De uitstap zal enkel doorgaan bij
voldoende inschrijvingen.**

Week 1	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
	31/03/2025	1/04/2025	2/04/2025	3/04/2025	4/04/2025	5/04/2025	6/04/2025
Ontbijt							
Soep	Broccolisoup	Seldersoup	Paprikasoup	Currysoup	Tomatensoep met venkel	Spinaziesoup	Kippensoep
Hoofdgerecht	Spiering Jus van sjalot Spinazie in room Aardappelen	Kip Provençaalse saus Rijst	Emmentalburger Bruine saus Bloemkool in bechamel Aardappelen	Rundsstoofvlees Witloofsalade Frietten	Gepaneerde vis Tartaar Soubisepuree	Kalfsbrood Vleesjus Krieken Aardappelen	Orloffgebraad van kalkoen Stroganoff Gebakken champignons Pomme Duchesse
Weekalternatief	Quornfilet Wortelpuree	Groentenburger, broccoli en gebakken aardappelen			Quornfilet, wortelen en aardappelen		
Dessert	Vers fruit	Mousse van tiramisu	Aardbeienpudding	Speculoosmousse	Vers fruit	Flan karamel	Gebak
Avond	Leerdammer	Salade met hamrolletjes en asperges	Kalkoenham	Americain	Brie met honing	Cobourg	Eiersalade
	Koek	Chocolade	Vers fruit	Fruitcockail	Koek	Fruitkaasje	Luiks roomdessert

Zilverblaadje

Week 2	Maandag 7/04/2025	Dinsdag 8/04/2025	Woensdag 9/04/2025	Donderdag 10/04/2025	Vrijdag 11/04/2025	Zaterdag 12/04/2025	Zondag 13/04/2025
Ontbijt							
Soep	Pompoensoep	Broccolisoe	Tomatensoep	Komkommersoep	Groentesoe	Slasoe	Aspergeroomsoep
Hoofdgerecht	Kipfilet Bruine saus Knolselder- peterseliepuree	Varkens- mignonette Vleesjus Prei in witte saus Aardappelen	Vol-au-vent met champignons Frieten	Lasagne bolognaise	Schar- tongrolletjes Citrøensaus Venkel Aardappelpuree	Hamburger Bearnaise Wortelen en erwten Aardappelen	Kalkoengebraad Portosaus Bloemkool op zijn Vlaams Rosties
Weekalternatief	Quornfilet Wortelen Aardappelen	Omelet met spinaziepuree			Moussaka met linzen		
Dessert	Vers fruit	Warme appel	Yoghurt	Vanillepudding met krieke	Chocolade- mousse	Fruitsla	Rijsttaart
Avond	Blokpaté	Platte kaas met radijsjes	Champignonworst	Bleu d'Auvergne	Salami	Jonge kaas	Vleessalade
	Gesuikerde yoghurt	Koek	Muffin	Vers fruit	Chocolade	Koek	Flan

Week 3	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025	19/04/2025	20/04/2025
Ontbijt							
Soep	Bouillon met groenten	Erwtensoup	Bloemkoolsoep	Wortelkokoosoup	Tomatensoep met balletjes	Aardappelsoep	Courgettesoup met kruidenkaas
Hoofdgerecht	Boerenburger Bruine saus Prinsessenbonen Aardappelen	Kippebil Vleesjus Perziken Gebakken aardappelen	Americain Rauwkost Frietjes	Kalkoenlapje Currysous Groentenrijst	Hokifilet Kappertjessous Spinaziepuree	Spiering Blackwellsous Gestooft wortelen Aardappelen	Rundstong Madeirasous met champignons Kroketten
Weekalternatief	Moussaka met linzen	Griekse lasagne met feta			Groentenburger met broccolipuree		
Dessert	Vers fruit	Platte kaas met appel	Duopudding	Rode vruchtenmousse	Mokka ijs	Vers fruit	Paasgebak
Avond	Kalkoenham	Worstenbroodje	Belegen kaas	Vleesbrood	Boerenpreskop	Tuinkruidenkaas	Paassalade
	Yoghurt	Chocolade	Fruityyoghurt	Vers fruit	Koek	Koek	Luiks roomdessert

Zilverblaadje

Week 4	Maandag 21/04/2025	Dinsdag 22/04/2025	Woensdag 23/04/2025	Donderdag 24/04/2025	Vrijdag 25/04/2025	Zaterdag 26/04/2025	Zondag 27/04/2025
Ontbijt							
Soep	Preisoep	Kippensoep	Tomatensoep met venkel	Groentensoep	Peterseliesoep	Champignonsoep	Cressonsoep
Hoofdgerecht	Konijn met pruimen Aardappelen	Slavink Rozemarijn-saus Boterboontjes Rozemarijn-aardappelen	Stoofvlees Bourguignon Fieten	Witte en zwarte pens Bruine saus Appelmoes Gebakken aardappelen	Heekfilet Witte wijnsaus Preipuree	Spaghetti bolognaise	Kalkoenrollade Gevogelteroom Lentekrans Aardappelblokjes
Weekalternatief	Groentenburger Bruine saus Broccolipuree	Lasagne Florentine			Gepaneerde quornfilet, ratatouille en krieltjes		
Dessert	Vers fruit	Chocolade-pudding	Fruityoghurt	Rijstpap	Ijshoorntje	Vers fruit	Chocolademuffin
Avond	Zwarte woud ham	Haringsalade met appel	Gehakt met pickels	Tonijnsalade	Champignon-worst	Mosterdkaas	Americain
	Fruitkaasje	Koek	Vers fruit	Fruit op sap	Chocolade	Koek	Flan

Week 5	Maandag 28/04/2025	Dinsdag 29/04/2025	Woensdag 30/04/2025	Donderdag 1/05/2025	Vrijdag 2/05/2025	Zaterdag 3/05/2025	Zondag 4/05/2025
Ontbijt							
Soep	Tomatensoep	Spinaziesoep	Courgettesoep	Wortelsoep	Erwtensoep	Bouillon met vermicelli	Paprikasoep
Hoofdgerecht	Kipfilet Pepersaus Tomatensalade Bieslook- aardappelen	Blinde vink Vleesjus Bloemkool in bechamel Aardappelen	Kalkoen cordon bleu Espagnole saus Broccolipuree	Varkensblanket met julienne groenten Frietten	Hokifilet Hollandaise saus Gestoofde prei Aardappelen met peterselie	Balletjes Luikse saus Boontjes Aardappelpuree	Kalkoenpavé Gevogeltejus Gestoofd witloof Kroketten
Weekalternatief	Gepaneerde quornfilet Ratatouille Aardappelen	Vegetarische worst, rode kool en aardappelen			Vegetarische reepjes, zoetzure saus en groentenrijst		
Dessert	Vers fruit	Griesmeelpap met rozijnen	Platte kaas met ananas	Éclair	Fruitsla	Chocolade- pudding	Carré confituur
Avond	Crèmepaté	Pastaschotel met ham	Belegen kaas	Mosterdspek	Brie met honing	Kop madeira	Surimisalade
	Chocolade	Vers fruit	Koek	Fruit op sap	Luiks roomdessert	Koek	Yoghurt



Zilverblaadje

