

Maandag 20 oktober		aard. / groente / vlees	vegetarisch	apart bij te bestellen
☐	chili con carne aardappelpuree -	☐ kipfilet snijboontjes gekookte aard. ☐ puree i.p.v. gekookte aard.	☐ chili sin carne aardappelpuree -	☐ wortel-prei soep ☐ nagerecht ☐ fruit ☐ gesneden fruit
Dinsdag 21 oktober				apart bij te bestellen
☐	stamppot spitskool spekjes braadworstje	☐ runderlapje broccoli gekookte aard. ☐ puree i.p.v. gekookte aard.	☐ indiase rijstschotel spinazie+cashewnoten en kikkererwten	☐ tomaat-cremesoep ☐ nagerecht ☐ fruit ☐ gesneden fruit
Woensdag 22 oktober				apart bij te bestellen
☐	gelderse schijf + ui gemengde sla geb.krielaardappeltjes	☐ procureurlapje gestoofde lof gekookte aard. ☐ puree i.p.v. gekookte aard.	☐ rode bietenburger+ui gemengde sla geb.krielaardappeltjes	☐ linzen/rundvl.soep ☐ nagerecht ☐ fruit ☐ gesneden fruit
Donderdag 23 oktober				apart bij te bestellen
☐	stamppot spruiten met spekjes gehaktbal h.o.h.	☐ rundersaucijsje spinazie+ei gekookte aard. ☐ puree i.p.v. gekookte aard.	☐ stamppot spruiten vega gehaktbal -	☐ kerrie kokossoep ☐ nagerecht ☐ fruit ☐ gesneden fruit
Vrijdag 24 oktober				apart bij te bestellen
☐	lasagne bolognese ital.roerbakgroente -	☐ geb.vis+warme vissaus worteltjes gekookte aard. ☐ puree i.p.v. gekookte aard.	☐ groentenstrudel notenrijst -	☐ pompoensoep ☐ nagerecht ☐ fruit ☐ gesneden fruit
Zaterdag 25 oktober				apart bij te bestellen
☐	kip/pesto ragoût doperwten zilervliesrijst	☐ speklapje bloemkool+kaassaus gekookte aard. ☐ puree i.p.v. gekookte aard.	☐ veg. pesto ragout doperwten zilervliesrijst	☐ franse uiensoep ☐ nagerecht ☐ fruit ☐ gesneden fruit
Zondag 26 oktober / wordt op zaterdag KOUD bezorgd :				apart bij te bestellen
☐	schnitzel+kerrysaus sperzieboontjes pof aardappeltjes	☐ vleessalade ☐ vissalade	☐ veg.schnitzel+kerrysaus sperzieboontjes pof aardappeltjes	☐ groentensoep ☐ nagerecht ☐ fruit ☐ gesneden fruit

Wilt u het aard. / groente / vlees menu met een vegetarische vleesvervanger? Schrijf er dan 'VEGA' bij.

Naam		Dieetvoorkeur Gratis	Prijzen
Adres		☐ natriumarm	€ 10,65 maaltijdprijs
Woonplaats		☐ ½ portie	€ 0,95 nagerecht / fruit
Tel.nr		Dieetvoorkeur betaald	€ 1,65 soep
Maaltijden totaal		☐ gesneden + € 0,75	€ 1,65 gesneden fruit
		☐ malen € 1,00	
T 0570 626 606	E info@gotink.nl		
A Osnabrückstraat 20	7418 BN Deventer		Eventuele wijzigingen voorbehouden