

LIGTE MIDDAGETE (POUSE)	12:00							
PROTEIEN	150gr	Spaghetti Bolognaise	Cheese Russian	Ribburgers x2	Boerewors Rolls x2	Beefwrap x1	Beef Burger x2	Q legs
STYSEL	100G		Rooipastaslaai				Aartappelskyfies	Geurige Rys
GROENTE/SLAAI	60/80G			Blaarslaai/Pynappel		Stirfry Groente	Tamatie en Blaarslaai	Pampoenpoffertjies/Ertjies
GROENTE/SLAAI	60/80G							Ertjies
NAGEREG	250ml							Vars Vrugeslaai en vla
BROOD	4 snye	Brood	Brood	Brood	Brood	Brood	Brood	Brood
MARGARIEN								
KONFYT/SMEER		peanutbutter /stroop/konfytyt	peanutbutter/stroop /konfytyt	peanutbutter/stroop /konfytyt	peanutbutter/stroop /konfytyt	peanutbutter/stroop /konfytyt	peanutbutter/stroop /konfytyt	peanutbutter/stroop /konfytyt
Oros	250ml	Oros	Ice Tea	Oros	Oros	Oros	Oros	Oros

AANDETE	17:30							
PROTEIEN	200gr	Tamatiebredie	Mousakka	Battered Hake x2	Hoender Pastaslaai /appelhoenderslaai	Tenderised Steak	Pizzas x1	Sausage rolls x1
STYSEL	90G	Koring		Aartappelslaai		Pietersielie aartappel		Pastaslaai
GROENTE/SLAAI	80G	Soet pampoen	Griekse Slaai	Spanspek	Waatlemoen	Wortel pynappelslaai		
			(blare/tamatie/komkommer					
			pynappel/feta/olywe)					
NAGEREG				Roomys				
BROOD	4 SNYE	Brood	Brood	Brood	Brood	Brood	Brood	Brood
SMERE	15G	Margarien	Margarien	Margarien	Margarien		Margarien	Margarien
		Peanut botter /konfytyt	Peanut botter /konfytyt	Peanut botter /konfytyt	Peanut botter /konfytyt	Peanut botter /konfytyt	Peanut botter /konfytyt	Peanut botter /konfytyt
Koeldrank/ Melk		Oros	Chocolate Melk	Oros	Pienk melk	Melk	Melk	Melk