



# Pasta met broccoli en kabeljauw



SEIZOEN



GEMAKKELIJK



GEMIDDELD



SNEL

		Middelgroot 6-18 maanden	Groot 18-36 maanden
	INGREDIËNTEN (bruto, rauw)*	GRAM/PORTIE	
Eiwitten	Kabeljauw	15 g	30 g
Groenten	Broccoli	355 g rauw bruto = 105 g rauw netto	440 g rauw bruto = 135 g rauw netto
Zetmeelstoffen	Pasta	35 g	40 g
Vetstoffen	Olijfolie Koolzaadolie	1 kl 2 kl	1 kl 1 kl
Kruiden	Bieslook (optioneel)	1/4 kl	1/2 kl

\*Allergenen in vetjes

## ADVIES BIJ DE BEREIDING

De pasta koken

De kabeljauw koken

De broccoli koken

Alles mengen, de bieslook en koolzaadolie toevoegen

## OPMERKINGEN





## BEOORDELING VAN HET RECEPT

DATUM	MIDDELGROOT	GROOT
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10

## BEOORDELING VAN DE HOEEVEELHEID

DATUM	MIDDELGROOT			GROOT		
	EIWITTEN	GROENTEN	ZETMEEL STOFFEN	EIWITTEN	GROENTEN	ZETMEEL STOFFEN



- ++ : veel te veel
- + : teveel
- 0 : ongeveer juist
- : niet genoeg
- - : echt niet genoeg

Als er één deel (vlees, groenten, zetmeelstoffen) te veel is, geef dat dan aan in de tabel