



Puree van boerenkool met varkensvlees



SEIZOEN



GEMAKKELIJK



GOEDKOOP



SNEL

| | | Middelgroot 6-18 maanden | Groot 18-36 maanden |
|----------------|--------------------------------|-----------------------------|------------------------|
| | INGREDIËNTEN (bruto, rauw)* | GRAM/PORTIE | |
| Eiwitten | Varkensvlees | 15 g | 30 g |
| Groenten | Boerenkool | 155 g | 195 g |
| Zetmeelstoffen | Aardappelen | 125 g | 155 g |
| Vetstoffen | Olijfolie | 3 kl | 2 kl |

* Allergenen in vetjes

ADVIES BIJ DE BEREIDING

De aardappelen en de boerenkool koken

Het varkensvlees bereiden

Alles mengen

OPMERKINGEN





BEOORDELING VAN HET RECEPT

| DATUM | MIDDELGROOT | GROOT |
|-------|-------------|-------|
| | /10 | /10 |
| | /10 | /10 |
| | /10 | /10 |
| | /10 | /10 |
| | /10 | /10 |
| | /10 | /10 |

BEOORDELING VAN DE HOEVEELHEID

| 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