



Gegrilde kip met salade van sperzieboontjes en aardappelen



SEIZOEN



GEMAKKELIJK



GOEDKOOP



GEMIDDELD

		Middelgroot 6-18 maanden	Groot 18-36 maanden
	INGREDIËNTEN (bruto, rauw)*	GRAM/PORTIE	
Eiwitten	kip	15 g	25 g
Groenten	Sperziebonen	120 g	150 g
Zetmeelstoffen	Aardappelen	125 g	155 g
Vetstoffen	Boter Koolzaadolie	1/2 kl 2 kl	1/2 kl 1 kl
Kruiden	Peterselie (optioneel)	1/4 kl	1/2 kl

*Allergenen in vetjes

ADVIES BIJ DE BEREIDING

De kip in de oven/in een plaat bakken met de olie

De boontjes koken in water/met stoom

De aardappelen koken in water/met stoom

Alles mengen, peterselie en olijfolie toevoegen

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