



# Pasta met prei en vis



SEIZOEN



GEMAKKELIJK



MOYEN



RAPIDE



**GoodFood**  
BETER PRODUCEREN, GOED ETEN

.brussels

		Middelgroot 6-18 maanden	Groot 18-36 maanden
	INGREDIËNTEN (bruto, rauw)*	GRAM/PORTIE	
Eiwitten	Witte vis naar keuze	15 g	30 g
Groenten	Prei	245 g	305 g
Zetmeelstoffen	Pasta	63 g	80 g
Vetstoffen	Olijfolie of koolzaadolie (koud)	3 kl	2 kl

\* Allergenen in vetjes

## ADVIES BIJ DE BEREIDING

De pasta koken

De prei koken

De vis bereiden

Alles mengen en de resterende olie toevoegen vooraleer op te dienen

## 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