



Kerrierijst met prei en kip



SEIZOEN



GEMAKKELIJK



MOYEN



RAPIDE

| | | Middelgroot 6-18 maanden | Groot 18-36 maanden |
|----------------|---|-----------------------------|------------------------|
| | INGREDIËNTEN (bruto, rauw)* | GRAM/PORTIE | |
| Eiwitten | Kip | 15 g | 25 g |
| Groenten | Prei | 250 g | 310 g |
| Zetmeelstoffen | Rijst | 40 g | 50 g |
| Vetstoffen | Olijfolie, koolzaadolie, arachide-olie | 3 kl | 2 kl |
| Kruiden | Kerrie (optioneel) | 1/8 kl | 1/6 kl |

*Allergenen in vetjes

ADVIES BIJ DE BEREIDING

De rijst koken

De prei koken

De kip bereiden (met de kerrie)

Alles mengen en de olie toevoegen voor het opdienen

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