Ramadan weekmenu 1

Iftar

Ma *Tajine, Harira, avocado/banaan smoothie.*

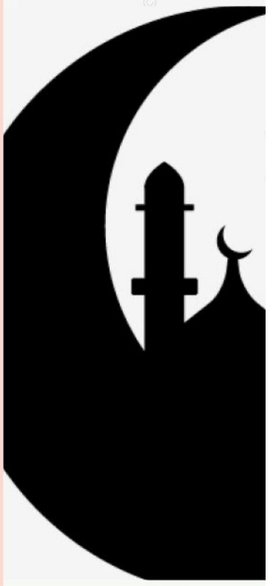
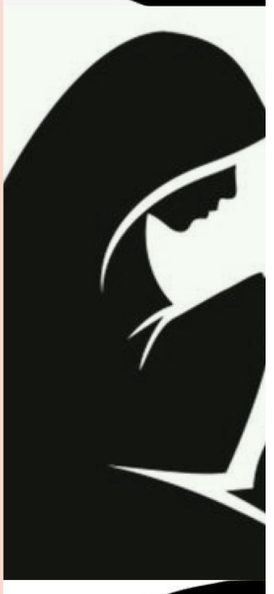
Di *Ovenschotel, harira, frisse salade, yoghurt toetje met fruit en nootjes.*

Wo *Pasta salade, loempia's, sushi, tchicha/iwzan soep en fruit.*

Do *Paella, vissoep, salade en een fruit smoothie.*

Vr *Shwa, rijstsalade, broodje gezond, soep en vers geperste sap.*

Za *Shoarma met witte puntjes/pita broodjes, soep, kisir en een smoothie.*

Zo *Gegrilde kippenpootjes, aardappelsalade, linzensoep, vers fruit en sinaasappelsap.*

Boodschappenlijstje