



SamenGezond

# Boodschappenlijstje

Productgroep	Wat?	Hoeveel?	Maaltijd/gerecht
Groente			MAANDAG
Fruit			DINSDAG
Brood en graanproducten			WOENSDAG
Vlees (vervanger), kip en eieren			DONDERDAG
Vis			VRIJDAG
Zuivelproducten en kaas			ZATERDAG
Aardappelen, pasta, rijst, en peulvruchten			ZONDAG
Kruiden, conserven (blik), vetten en oliën			
Diepvries			
Dranken (drink bij voorkeur water, thee en/of koffie)			
Overig			