

## CHECKLIST

	Boodschappenlijstje	Hoeveelheid
<input type="checkbox"/>	Huttenkase	140gr
<input type="checkbox"/>	Kappertjes	1 potje
<input type="checkbox"/>	Komkommer	4
<input type="checkbox"/>	Rode ui	4
<input type="checkbox"/>	Citroensap	1 flesje
<input type="checkbox"/>	Appelazijn	1 flesje
<input type="checkbox"/>	Tonijn in blik (water)	1
<input type="checkbox"/>	Mozzarella light	3 bolletjes
<input type="checkbox"/>	Peper	
<input type="checkbox"/>	Zout	
<input type="checkbox"/>	Spinazie	100 gr.
<input type="checkbox"/>	Olijfolie	1 fles
<input type="checkbox"/>	Eieren	21 stuks
<input type="checkbox"/>	Kipfilet	450 gr.
<input type="checkbox"/>	Courgette	1
<input type="checkbox"/>	Pesto	3el
<input type="checkbox"/>	Pijnboompitten	1el
<input type="checkbox"/>	Rucola	60gr.
<input type="checkbox"/>	Gele paprika	1
<input type="checkbox"/>	Boter	4 el
<input type="checkbox"/>	Knoflook	7 teentjes
<input type="checkbox"/>	Vegetarisch gehakt	150 gr.
<input type="checkbox"/>	Tomatenblokjes in blik	1/2 blikje
<input type="checkbox"/>	Paprikapoeder	
<input type="checkbox"/>	Oregano	
<input type="checkbox"/>	Lasagnevellen (groene)	100 gr.
<input type="checkbox"/>	Kokosmelk	270ml
<input type="checkbox"/>	Champignons	80 gr.
<input type="checkbox"/>	Sperzibonen	70 gr.
<input type="checkbox"/>	Puntpaprika	1
<input type="checkbox"/>	Kerriepoeder	1el

	<b>Boodschappenlijstje</b>	<b>Hoeveelheid</b>
<input type="checkbox"/>	Komijnpoeder	
<input type="checkbox"/>	Korianderzaad (poeder)	
<input type="checkbox"/>	Rode peper	1
<input type="checkbox"/>	Havermout	120 gr.
<input type="checkbox"/>	Appel	6
<input type="checkbox"/>	Walnoten (gekraakt)	8
<input type="checkbox"/>	Veldsla	400 gr.
<input type="checkbox"/>	Balsamicoazijn	1 flesje
<input type="checkbox"/>	Geitenkaas	40 gr.
<input type="checkbox"/>	Volkoren penne	150 gr.
<input type="checkbox"/>	Bananen	2
<input type="checkbox"/>	Zilvervliesrijst	70 gr.
<input type="checkbox"/>	Grapefruit	2
<input type="checkbox"/>	Ongebrande noten (naar keuze)	6 handjes
<input type="checkbox"/>	Muslibol	2
<input type="checkbox"/>	Pindakaas	
<input type="checkbox"/>	Kaneel	
<input type="checkbox"/>	Dadels	4
<input type="checkbox"/>	Tomaten	12 stuks
<input type="checkbox"/>	Hummus	4 el
<input type="checkbox"/>	Volkoren Wrap (40gr. Per stuk)	4
<input type="checkbox"/>	Gerookte zalm	240 gr.
<input type="checkbox"/>	Kokosolie	1 flesje
<input type="checkbox"/>	Rijstwafels	8 stuks
<input type="checkbox"/>	Druiven	2 handjes
<input type="checkbox"/>	Magere yoghurt	500 gr.
<input type="checkbox"/>	Vers fruit	200gr.
<input type="checkbox"/>	Biefstuk	200gr.
<input type="checkbox"/>	Volkorenbrood	8 sneetjes
<input type="checkbox"/>	Amandelmelk	400ml
<input type="checkbox"/>	Groenten naar keuze	400 gr.
<input type="checkbox"/>	Aardappeltjes	200 gr.

	<b>Boodschappenlijstje</b>	<b>Hoeveelheid</b>
<input type="checkbox"/>	Snijbonen	200 gr.
<input type="checkbox"/>	Groene asperges	8 stuks
<input type="checkbox"/>	Bevroren fruit	2 handjes
<input type="checkbox"/>	Avocado	2 stuks
<input type="checkbox"/>	Soep naar keuze	600 ml
<input type="checkbox"/>	Plakjes kaas	2
<input type="checkbox"/>	Plakjes vlees (voor de uitsmijter)	2
<input type="checkbox"/>	Sla	200 gr.
<input type="checkbox"/>	Lichtgewicht crackers	4 stuks