

MENUWIJZER

Herfstgerechten 2026



distributors

Je proeft de aandacht

Voorwoord

Deze menuwijzer met de herfstgerechten van 2026 is geïnspireerd door het seizoen en staat vol heerlijke gerechten.

De menucyclus bevat vijf verschillende menulijnen en een uitgebreide foodbank. Er is volop keuze, afgestemd op smaak, eetgewoonten en voorkeuren.

Eet smakelijk!

Inhoudsopgave

Menu's per week	Pagina
Week 38, 43 en 48	4 en 5
Week 39, 44 en 49	6 en 7
Week 40, 45 en 50	8 en 9
Week 41 en 46	10 en 11
Week 42 en 47	12 en 13
Verklaring van gerechten	14 en 15



De **vegetarische gerechten** in deze menuwijzer zijn te herkennen aan dit icoon.



De **veganistische gerechten** in deze menuwijzer zijn te herkennen aan dit icoon.



Op ons menu hebben we ook gerechten waarin **plantaardige en dierlijke** eiwitten samenkomen. Je geniet van de vertrouwde smaak en draagt tegelijkertijd bij aan een meer plantaardig voedingspatroon en de duurzame doelstellingen van de **Green Deal**.

De teksten in **het groen**, zijn de componenten die **licht verteerbaar** zijn.

Tip!

Wist je dat onze menukaart boordevol verborgen parels zit? Gerechten die je misschien minder snel kiest, maar die je toch kunnen verrassen. De **tips van onze experts** zijn gemakkelijk te herkennen aan dit logo.

Vraag ook naar de invulkaart voor de menuwijzer.



Menu A

Een klassieke keuze voor wie van traditionele smaken houdt. De maaltijden bestaan over het algemeen uit aardappelen, groenten, vlees en traditionele eenpansgerechten.

Schijf van vijf

Dit menu past altijd binnen de Schijf van Vijf en is geschikt voor cliënten met een licht verteerbaar dieet.

Menu C

Menu C biedt een combinatie van gerechten uit de overige menulijnen, met toevoeging van unieke eiwit- of sauscomponenten.

Vegetarisch

Een gevarieerde menulijn met vegetarische en soms veganistische gerechten.

Wereldgerechten

In deze menulijn komt de diversiteit van de wereldkeuken terug.

Foodbank

De meest favoriete gerechten zijn dagelijks beschikbaar in onze foodbank. Bestel een aantal componenten uit de Foodbank en je serveert weer een gevarieerde gezonde maaltijd als aanvulling op de klikjes of als extra.

IDDSI

De IDDSI menu's zijn een beschikbare afgeleide van de menu's A, Schijf van vijf, C of D. De keuze is meteen op de webshop in de menucyclus zichtbaar achter het standaard menu.



distrivers

Je proeft de aandacht

Uitnodiging

FOODFESTIVAL

EINDEJAAR

Terwijl we vooruitkijken naar het einde van het jaar, nodigen we jullie graag uit voor ons **Foodfestival op dinsdag 6 oktober van 13.00 - 18.00 uur**. Een inspirerende dag vol nieuwe producten, trends en ideeën voor het eindejaar.

Meer informatie volgt binnenkort, maar opgeven is al mogelijk. **Scan of klik op de QR code en meld je aan!**

DINSDAG
06
oktober

13.00 - 18.00 UUR

@STUDIO SENSES

ZWOLLE



AANMELDEN »

- Kom proeven, laat je inspireren en informeren! -

Menu A



Kipsaucijs, Jus
Andijvie à la crème,
Aardappelpuree



Omelet naturel,
Satésaus, Zilvervliesnasi,
Atjar tjampoer



Erwtensoep,
Fruitcocktail

Schijf van vijf



Tip!
Chili sin carne,
Zilvervliesrijst,
Festivalmix rauwkost

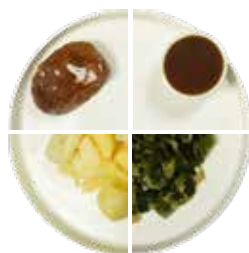


Gestoofde heekfilet,
Tuinkruidensaus,
Wortelen, Gekookte
aardappelen



Kipdijfilet,
Jus, Spruitjes,
Gekookte aardappelen

Menu C



Runderlap, Jus
Andijvie, Gekookte
aardappelen



Kipgehaktbal,
Jus, Wortelen,
Aardappelpuree

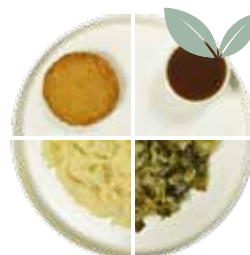


Erwtensoep

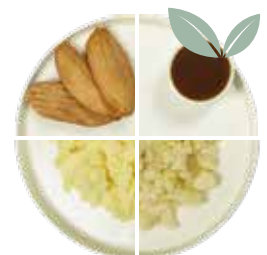
Vegetarisch



Hachee,
Rode kool met appel,
Aardappelpuree



Burger like chicken,
Jus, Prei,
Aardappelknolselderijpuree



Quornfilet knoflook-
kruiden, Jus, Bloemkool,
Aardappelpuree

Wereldgerechten



Lasagne,
Tomatensalade



Tip!
Rundvlees pedis,
Quinoa met groente,
Sambal goreng boontjes



Tip!
Oriëntaalse stoof,
Pittige bami,
Atjar tjampoer



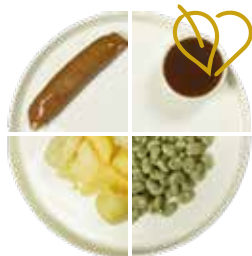
= Vegetarisch



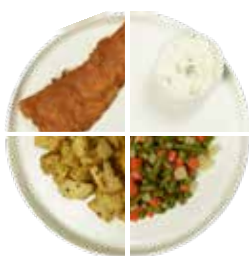
= Vegan



= Plantaardig en dierlijk



Rundersaucijs, Jus
Tuinbonen, Gekookte
aardappelen



Lekkerbek,
Remouladesaus,
Macedoine, Skin patato



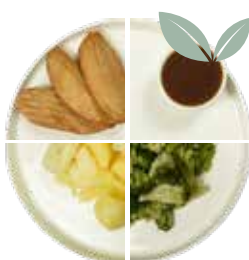
Rookworst, Jus
Stampptot boerenkool



Varkensrollade,
Jus, Stoofpeertjes,
Aardappelgratin



Linzenschotel,
Paprika-appelsalade



Quornfilet knoflook-
kruiden, Jus, Broccoli,
Gekookte aardappelen



Omelet naturel,
Jus, Gehakte spinazie,
Gekookte aardappelen



Kalkoenfilet,
Jus, Witlof,
Aardappelpuree



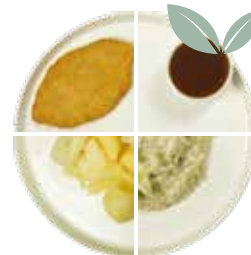
Varkensprocureurlap,
Jus, Rode bieten,
Aardappelpuree



Sukadelap,
Jus, Macedoine,
Aardappelpuree



Rundergehaaktbal, Jus,
Gehakte spinazie,
Aardappel-
doperwtentpuree



Schnitzel,
Jus, Witlof met kaassaus,
Gekookte aardappelen



Stukjes in satésaus,
Zilvervliesnasi



Kapucijnerschotel,
Zuurschoteltje (zilverui &
augurk)



Notengehaaktballetjes,
Jus, Koolraap,
Aardappelpuree



Goulash,
Doperwtent,
Zilvervliessrijst



Tajineschotel,
Komkommerroomsalade



Oriëntaalse runderstoof,
Parelcouscous met
groente



Balletjes in pangangsous,
Bami,
Atjar tjampoer



Creools rundvlees met
kouseband, Mie

Menu A



Runderlap, Jus,
Prei à la crème,
Aardappelpuree



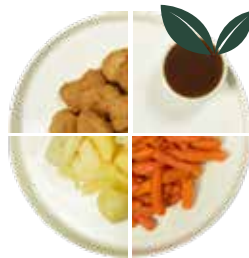
Tip!

Bolognesesaus,
Volkoren macaroni,
Tomatensalade



Ajam pangang,
Bami,
Atjar tjampoer

Schijf van vijf



Nuggets,
Jus, Wortelen,
Gekookte aardappelen



Kipdijfilet, Jus,
Tuinbonen,
Aardappelpuree



Burger like chicken,
Jus, Andijvie,
Gekookte aardappelen

Menu C



Balletjes,
Jus, Prei,
Gekookte aardappelen



Bolognese
rundvleessaus,
Volkoren macaroni,
Tomatensalade



Rundersaucijs,
Jus, Stampot snijbonen

Vegetarisch



Tip!

Ei met kerrieaardappel
schotel,
Koolmixmadrassalade



Cordon bleu, Jus
Rode bieten, Gekookte
aardappelen



Groenteschijf,
Jus, Chinese kool à la
crème, Aardappelpuree

Wereldgerechten



Braziliaanse kokoskip,
Zilvervliesnasi



Oriëntaalse runderstoof,
Groentecurry,
Meergranenrijst



Balletjes in pangangsous,
Bami,
Atjar tjampoer



= Vegetarisch



= Vegan



= Plantaardig en dierlijk



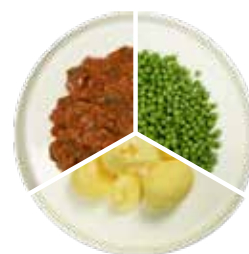
Drentse gehaktbal,
Jus, Rode kool met appel,
Gekookte aardappelen



Kibbeling, Remouladesaus,
Gebakken krieltjes,
Gemengde sla met
garnering en dressing



Slavink, Jus,
Stampptot blote billen in
het gras



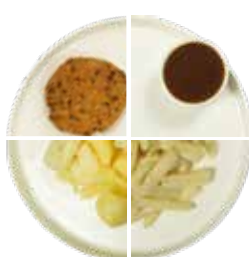
Boeuf stroganoff,
Doperwten,
Gekookte aardappelen



Kikkererwtencurry,
Quinoa met groente



Sukadelap, Jus,
Gehakte spinazie,
Gekookte aardappelen



Kipburger, Jus,
Schorseneren,
Gekookte aardappelen



Hollandse bonenschotel,
ljsalsalade



Varkenslap, Jus,
Broccoli, Aardappel-
knolselderijpuree



Kibbeling,
Remouladesaus,
Gehakte spinazie,
Aardappelpuree



Gevulde paprika met
roerei, Jus,
Chinese kool à la crème,
Aardappelpuree



Kipfilet, Jus,
Snijbonen,
Gekookte aardappelen



Kerrie ragout à la king,
Sambal goreng boontjes,
Zilvervliesrijst



Paella,
Komkommersalade



Quorn braadworst,
Tutti frutti,
Dikke rijst naturel



Champignon en ui,
Jus, Groene kool,
Aardappelpuree



Pennestroganoff met kip,
Twentse salade



Rendang,
Mihoen,
Atjar tjampoer

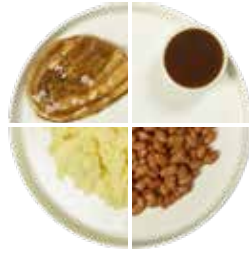


Shoarma, Knoflooksaus,
Skin patato,
Gemengde sla met
garnering en dressing

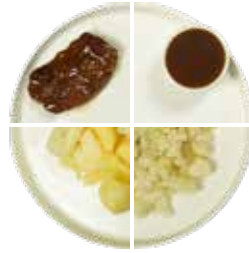


Gele curry met broccoli,
Zilvervliesrijst

Menu A



Speklap, Jus,
Bruine bonen,
Aardappelpuree



Sukadelap, Jus,
Bloemkool, Gekookte
aardappelen



Hachee,
Rode kool met appel,
Aardappelpuree

Schijf van vijf



Kalkoenfilet, Jus,
Wortelen,
Gekookte aardappelen

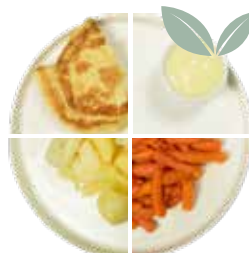


Chili sin carne,
Zilvervliesrijst,
Tomatensalade



Pasta arrabbiata picante,
Komkommertomaat-
salade

Menu C



Omelet naturel,
Hollandaisesaus,
Wortelen, Gekookte
aardappelen



Burger,
Jus, Bloemkool
met kaassaus,
Aardappelpuree

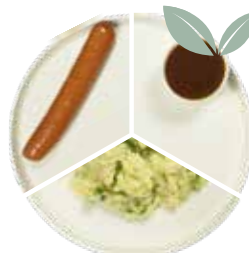


Hachee,
Rode kool met appel,
Gekookte aardappelen

Vegetarisch



Balletjes in tomaten/
pestosaus,
Ratatouille,
Volkoren macaroni



Rookworst, Jus,
Stampot andijvie



Balletjes,
Jus, Sperziebonen,
Aardappelpuree met
crème fraîche

Wereldgerechten



Pittige bruine bonen met
kip, Zilvervliesrijst



Kip tandoori,
Doperwten,
Zilvervliesrijst



Gestoofde scholrol,
Kerriesaus, Kruidige
spitskool, Zilvervliesrijst



= Vegetarisch



= Vegan



= Plantaardig en dierlijk



Tip!

Tagliatelle met quorn en
bospaddestoelen,
Tomatensalade



Scholfilet gebakken,
Remouladesaus,
Wortelen,
Gebakken krieltjes



Speklap, Jus,
Stampot hutspot



Varkensschnitzel,
Stroganoffsaus,
Gestoofde appeltjes,
Röstirondjes



Omelet naturel, Jus,
Andijvie,
Gekookte aardappelen



Tip!

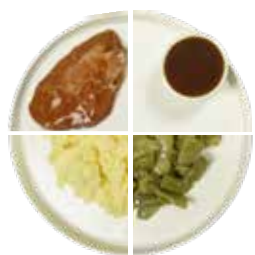
India curryschotel,
Quinoa



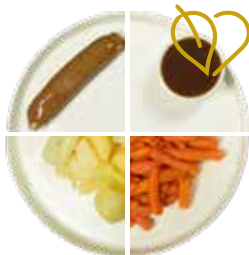
Sukadelap, Jus,
Doperwtten met mais,
Gekookte aardappelen



Kipdijfilet, Jus,
Spruitjes, Aardappel-
knolselderijpuree



Varkensprocureurlap,
Jus, Romano snijbonen,
Aardappelpuree



Rundersaucijs,
Jus, Wortelen,
Gekookte aardappelen



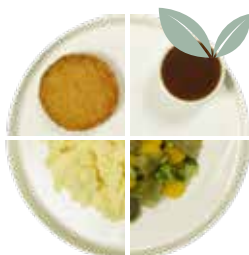
Groenteschijf,
Jus, Rode bieten,
Aardappelpuree



Notengehaktballetjes,
Jus, Zuurkool,
Gekookte aardappelen



Erwtensoep,
Fruitcocktail



Burger like chicken,
Jus, Prinsessenmelange,
Aardappelpuree



Falafel, Zigeunersaus,
Doperwtten met mais,
Zilvervliesrijst



Tip!

Balletjes in satésaus,
Zilvervliesnasi,
Atjar tjampoer



Oriëntaalse runderstoof,
Mexicaanse groentemix,
Zilvervliesrijst



Surinaamse pastei met
kip, Komkommersalade



Tip!

Lasagne,
Italiane salade



Kipstukjes in satésaus,
Zilvervliesnasi,
Atjar tjampoer

Menu A



Hachee,
Rode kool met appel,
Gekookte aardappelen



Bruine bonensoep,
Fruitcocktail



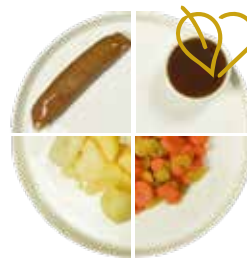
Tip!

Bolognesesaus,
Volkoren macaroni,
Komkommersalade

Schijf van vijf



Hollandse bonenschotel,
Koolmixrauwkost



Rundersaucijs,
Jus,
Wortelschijfjes,
Gekookte aardappelen



Gestooftde scholrol,
Tuinkruidensaus,
Spinazie, Gekookte
aardappelen

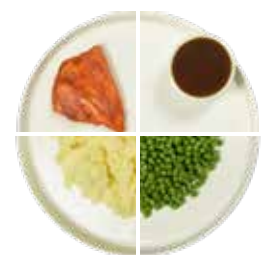
Menu C



Hachee,
Rode kool met appel,
Aardappelpuree



Gevulde paprika met
roerei, Jus,
Schorseneren,
Aardappelpuree



Kipfilet, Jus,
Doperwtten,
Aardappelpuree

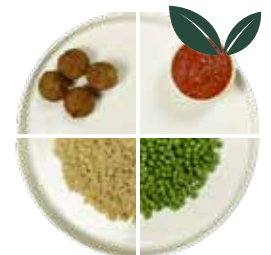
Vegetarisch



Omelet naturel, Jus,
Romano snijbonen,
Aardappel-
knolselderijpuree



Balletjes in tomaten/
pestosaus,
Tagliatelle naturel,
Italiaanse mix rauwkost



Falafel, Tomatensaus,
Doperwtten,
Quinoa

Wereldgerechten



Pittige runderstoof,
Sambal goreng boontjes,
Zilvervliesrijst



Stukjes in satésaus,
Bami,
Atjar tjampoer



Bolognese
rundvleessaus, Volkoren
macaroni,
Komkommersalade



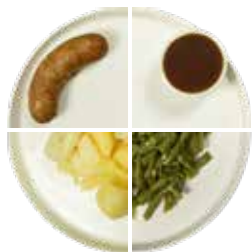
= Vegetarisch



= Vegan



= Plantaardig en dierlijk



Kipsaucijs, Jus,
Sperziebonen,
Gekookte aardappelen



Lekkerbek, Remouladesaus,
Geb. aardappelschijfjes,
Gemengde sla met
garnering en dressing



Rundergehaktbal,
Jus,
Stampot zoete
aardappel, broccoli



Varkenscordonbleu,
Jus, Stoofpeertjes,
Aardappelpuree met
crème fraîche



Quorn braadworst,
Jus, Postelein,
Aardappelpuree



Kapucijnerschotel,
Zuurschoteltje
(zilverui & augurk)



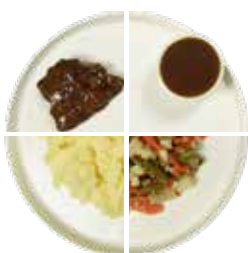
Kiprollade, Jus,
Parijse wortelen,
Gekookte aardappelen



Balletjes met jus,
Boterbonen,
Gekookte aardappelen



Varkensprocureurlap, Jus,
Sperziebonen,
Aardappelpuree



Kalkoenbraadlap, Jus,
Bretonse groentemix,
Aardappelpuree



Cordon bleu, Jus,
Prei à la crème,
Aardappelpuree



Sukadelap, Jus,
Boterbonen,
Aardappelpuree



Kaassoufflé, Jus,
Stampot vier seizoenen



Burger like chicken,
Jus, Witlof,
Gekookte aardappelen



Kikkererwtencurry,
Kokosrijst



Schnitzel,
Stroganoffsaus,
Tuinbonen, Pommes
duchesse



Tajineschotel,
Festivalmix rauwkost



Rendang,
Kruidige spitskool,
Mie



Creoolse zuurkool

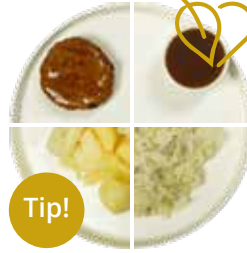


Kipkerrie masala,
Kouseband groente,
Rotivellen

Menu A

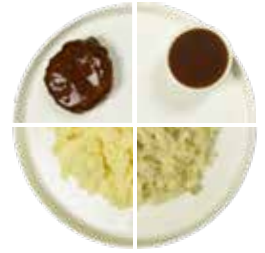


Varkenslap, Jus,
Spinazie,
Gekookte aardappelen



Tip!

Drentse gehaktbal,
Jus, Chinese kool à
la crème, Gekookte
aardappelen



Biefburger, Jus,
Spitskool à la crème,
Aardappelpuree

Schijf van vijf



Hachee,
Rode kool met appel,
Aardappelpuree



Gestoofde heekfilet,
Tuinkruidensaus,
Broccoli,
Aardappelpuree

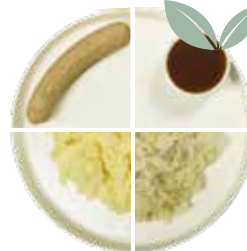


Lizenschotel,
Koolmixmadrassalade

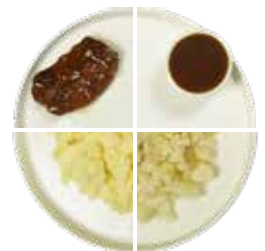
Menu C



Hachee,
Rode kool met appel,
Gekookte aardappelen



Quorn braadworst,
Jus, Chinese kool à la
crème, Aardappelpuree



Sukadelap, Jus,
Bloemkool,
Aardappelpuree

Vegetarisch

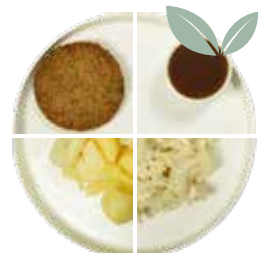


Tip!

Penne stroganoff,
Huissalade



Balletjes met jus,
Stampptot fiesche
perenbliksem



Spinazie-kaasburger, Jus,
Bloemkool à la crème,
Gekookte aardappelen

Wereldgerechten



Kipdijfilet kokos gekruid,
Kerriesaus,
Sambal goreng boontjes,
Kokosrijst



Stukjes in ketjapsaus,
Zilvervliesnasi,
Atjar tjampoer



Pittige runderstoof,
Pittige andijvie,
Zilvervliesrijst



= Vegetarisch



= Vegan

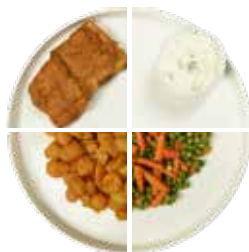
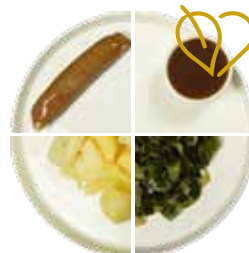


= Plantaardig en dierlijk



Tip!

Bruine bonensoep

Gebakken zalmfilet,
Remouladesaus,
Wortelen doperwtten,
Gebakken krieltjesSlavink,
Jus,
Stamppot zuurkoolBoeuf stroganoff,
Spruitjes,
AardappelpureeKipfilet, Jus,
Rode bieten,
Gekookte aardappelenNotengehaktballetjes, Jus,
Romano snijbonen,
AardappelpureeRundersaucijs, Jus,
Andijvie,
Gekookte aardappelen

Tip!

Hollandse bonenschotel,
Twentse saladeNuggets,
Tutti frutti,
Dikke rijst naturelVarkensprocureurlap,
Jus, Wortelen doperwtten,
Gekookte aardappelenQuornfilet
knoflook&kruiden,
Jus, Prinsessenmelange,
AardappelpureeKipdijfilet, Jus,
Sperziebonen,
Gekookte aardappelenGroenteschijf, Jus,
Tuinbonen, Aardappel-
doperwttenpureeOmelet naturel,
Jus, Bleekselderij,
Gekookte aardappelenLasagne,
KomkommerroomsaladeEi met kerrieaardappel
schotel,
TomatensaladeBalletjes in pangangsaus,
Bami,
Atjar tjampoer

Tip!

Hartige pumpkin pie,
KoolmixmadrassaladeRundvlees pedis,
Groentecurry,
Mihoen naturelShoarma,
Knoflooksaus, Gebakken
krieltjes, Gemengde sla met
garnering en dressing

Verklaring van gerechten

Vlees en vis

Drentse gehaktbal

Een overheerlijke gehaktbal van Gaasterlander varken, regiorund en Nederlandse veldbonen. Minder vlees dan een reguliere gehaktbal

Vlees- en visgerechten

Ajam pangang

Stukjes kip in een zoetzure saus

Creools rundvlees

Rundvlees op smaak gemaakt met zoetzure saus en tomatenblokjes

Rundvlees pedis



Een stoofgerecht van rundvlees, boemboe (Indonesisch kruidenmengsel), trassi, ketjap, bruine suiker en tamarinde

Vegetarische vleesvervangers



Balletjes in pangangsaus

Vegetarische balletjes in een zoetzure saus

Burger like chicken

Krokante vegetarische burger met de structuur van kippenvlees

Chili sin carne



Licht pittig Mexicaans bonengerecht met pulled oats, tomatensaus en groente

Quornfilet

Een eiwitvervanger op basis van mycoproteïne. Gevormd als een lapje

Notengehaktballetjes

Kleine gehaktballetjes waarin naast walnoot, hazelnoot, cashewnoot en amandel ook champignons en uien zijn verwerkt

Vegan kibbeling

Plantaardige variant met de herkenbare smaak van kibbeling

Quorn braadworst

Vegetarische braadworst van mycoproteïne

Vegan rendang

Vegan stukjes in een saus van kokos gekruid met o.a. gember, knoflook, sereh

Schotels en complete gerechten

Boeuf stroganoff

Gestoofd rundvlees met paprika, champignons en ui in een tomaten paprikasaus

Braziliaanse kokoskip



Malse kipstukjes met ui, champignon, tomaten, paprika in een geurige licht pittige kokossaus

Creoolse zuurkool

Aardappelen, zuurkool, zoutvlees, rookworst, tomatenpuree, uien en chilipeper

Groentecurry



Aardappelblokjes, Chinese kool, wortel, broccoli, ui, met kokosmelk en diverse kruiden waaronder kaneel, gember en chilipeper

Hartige pumpkin pie

Hartige taart gevuld met pompoen, broccoli, noten en dadel

Hollandse bonenschotel

Schotel met diverse groente o.a. witte bonen, tomaat, ui, rode en groene paprika, asperges, pastinaak en bloemkool en rundergehakt

India curryschotel



Rode linzen, paksoi, courgette, ui, wortel en Beeter in een heerlijk licht pittige kokossaus

Kapucijnerschotel

Een schotel met kapucijners, rundergehakt, stukjes spek, diverse groentesoorten en stukjes appel

Kerrie ragout à la king

Een ragout van quorn met paprika, ui, rozijnen en fruitcocktail, op smaak gebracht met kerrie, room en gember

Kikkererwtencurry



Gerecht van kikkererwten, doperwten, tomaat en aubergine, gegaard in kokosmelk met onder andere chilipeper en knoflook

Kipkerrie massala

Kip, ui, aardappelen en kousenband in een mengsel van geroosterde en gemalen Surinaamse kruiden

Kip tandoori

Kip met ui in een saus van kokosmelk en yoghurt met een kruidenmengsel van o.a. gember, komijn, koriander, knoflook, kurkuma, kaneel en kruidnagel

Linzenschotel

Een heerlijk vegetarisch gerecht bestaande uit linzen en een mix van verschillende groentes

Paella veganistisch		Veganistische variatie op Spaanse rijstgerecht met doperwten, wortel, paprika, snij bonen en witte bonen
Penne stroganoff (vegetarisch of met kip)		Langwerpige buisjes pasta in een saus van tomaat met champignons, paprika, ui, gekruid met o.a. knoflook en chilipeper
Pittige runderstoof		Een stoofgerecht van rundvlees, ui, tikka masala en kokosmelk
Vegan kapucijnerschotel		Schotel van kapucijners met sojagehakt, groente en appel
Vegan tajineschotel		Wortel, pompoen, paprika, rode ui, kikkererwten, rozijnen en aardappelen in een tomatensaus. Gekruid met onder andere gember, knoflook, kaneel, kardemom
Vegetarische lasagne		Pastagerecht bestaande uit laagjes pasta, met vegetarische bolognesesaus, bechamelsaus en kaas
Pasta arrabbiata picante		Een licht pittig gerecht van pasta in de vorm van buisjes met tomaat en paprika
Quinoa met groente		Quinoa met paprika, wortel en sjalot
Veggie kerrie masala		Authentiek gerecht met veggie blokjes in een gekruide saus met aardappelen, kouseband, ui en tomaten

Zetmeel

Aardappelgratin		Gekookte aardappelschijfjes gegratineerd in een roomsaus met knoflook en geraspte kaas
Pommes Duchesse		Gebakken rozetjes, gemaakt van aardappelpuree
Quinoa		Het zaad van de Quinoa plant lijkt op graankorrel, maar het is geen graansoort. Het is een glutenvrij zetmeelproduct. Quinoa is een bron van eiwit en vezels en wordt gegeten net als rijst of couscous
Stampapot friesche perenbliksem		Stampapot met stoofperen en aardappelen

Groenten en rauwkost

Atjar tjampoer		Een Indonesisch zuur bijgerecht van gekookte groenten gemarineerd in een zoetzuur mengsel met o.a. azijn, kurkuma, suiker en gember
Bretonse groentemix		Mix van boterbonen, romanesco, sperziebonen en wortel
Ijsselsalade		Salade van witte kool, komkommer, rettich, winterpeen, ananas in een zoete dressing
Kruidige spitskool		Spitskool met ui en tomaat, gekruid met kerrie masala en knoflook
Macedoine		Groentemix van wortel, tuinerwten, snijbonen, tuinbonen en selderij
Prinsessenmelange		Mix van romanobonen, broccoli en gele wortel
Ratatouille		Paprika groen, rood en geel, aubergine, courgette, uien en vleestomaat
Sambal Goreng boontjes		Ietwat pittig groentegerecht met sperziebonen, sambalsaus, kokosmelk, paprika en ui
Twentse salade		Witte kool, komkommer, appel, perzik, ananas, winterpeen en rode paprika

Een aantal gerechten uit deze menuwijzer is pittig gekruid. Door middel van het pepertjes symbool geven we een indicatie van de mate van scherpheid voor onze gemiddelde consument.



Pittig
Zeer pittig

Informatie?

Bij vragen of onduidelijkheden kun je met ons in contact komen via de besteller van jouw afdeling.

Ook kun je bellen of mailen met de binnendienst van Distrivers

E-mail: binnendienst@distrivers.nl

Telefoon: 0528-229260

www.distrivers.nl
binnendienst@distrivers.nl
0528 - 229 260

Distrivers
De stroom 5
7901TG Hoogeveen

