BOODSCHAPPENLIJSTJE VOEDSELBANK

- ☐ Macaroni of spaghetti (volkoren)
- ☐ Pastasaus
- ☐ Rijst: witte, basmati of zilvervlies (max. 1 kg per pak)
- ☐ Soep in blik of pak
- ☐ Groenten in blik
- ☐ Koffie/thee
- ☐ Jam, honing, schenkstroop of appelstroop
- ☐ Ontbijtgranen (bij voorkeur zonder suiker)
- ☐ Vis in blik
- ☐ Plastic flessen olie (olijf/zonnebloem/arachide)

nevobo
Nederlandse Volleybalbond