

Fynbos Spyskaart JULIE	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrydag
			1	2	3
			Gebraaide Hoender Gebakte Aartappels Botterskorsie Boontjies Nagereg	Kerrie Maalvleis Rys Wortels Blomkool met Witsous	Varkworsies Kapokaartappels Skorsie Beetslaai
	6	7	8	9	10
	Macaroni Kaas Gemengde Groente Broccoli	Pynappel Vark Rys Country Crop Skorsie	Bobotie Geel Rys Kool Wortels Nagereg	Hoender Tetrizzini Pasta Gemengde Groente Pampoen	Ierse Bredie Rys / Samp Blomkool met Witsous Beetslaai
	13	14	15	16	17
	Lasagne Ertjies Skorsie	Viskoekies Kapokaartappels Gemengde Groente Blomkool met Witsous	Hoenderpastei Rys Wortels Boontjies Nagereg	Gebakte Vis Aartappelskyfies Koolslaai Wortelslaai	Koolbredie Rys Pampoen Beetslaai
	20	21	22	23	24
	Pastagebak Gemengde Groente Tamatieslaai	Herderspastei Roerbraai Kool Wortels	Gebakte Hoender Gebakte Aartappels Botterskorsie Broccoli met Witsous Nagereg	Tuna Gebak Skorsie Boontjies	Tamatie Hoender Rys Blomkool met Witsous Ertjies
	27	28	29	30	31
	Spaghetti Bolognaise Roerbraai Kool Ertjies	Hoender A la King Rys Broccoli Botterskorsie	Beesboud Aartappels Ertjies Skorsie Nagereg	Bobotie Geelrys Kool Wortels	Viskoekies Gegeurde Rys Baked Beans Skorsie

		Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Fynbos Menu JULY				1	2	3
				Roast Chicken Roasted Potatoes Butternut Green Beans Pudding	Mince Curry Rice Carrots Cauliflower with White Sauce	Pork Sausages Mash Gem Squash Beetroot Salad
		6	7	8	9	10
		Macaroni Cheese Mixed Vegetables Broccoli	Pineapple Pork Rice Country Crop Gem Squash	Bobotie Yellow Rice Cabbage Carrots Pudding	Chicken Tetrzzini Pasta Mixed Vegetables Pumpkin	Irish Stew Rice / Samp Cauliflower with White Sauce Beetroot Salad
		13	14	15	16	17
		Lasagne Peas Gem Squash	Fish Cakes Mash Mixed Vegetables Cauliflower	Chicken Pie Rice Carrots Green Beans Pudding	Fried Fish Chips Coleslaw Carrot Salad	Cabbage Casserole Rice Pumpkin Beetroot Salad
		20	21	22	23	24
		Pasta Bake Mixed Vegetables Tomato Salad	Cottage Pie Stirfry Cabbage Carrots	Roast Chicken Roasted Potatoes Butternut Broccoli with White Sauce Pudding	Tuna Bake Gem Squash Beans	Tomato Chicken Rice Cauliflower with White Sauce Peas
		27	28	29	30	31
		Spaghetti Bolognaise Stirfry Cabbage Peas	Chicken A la King Rice Broccoli Butternut	Roast Beef Roasted Potatoes Peas Gem Squash Pudding	Bobotie Yellow Rice Cabbage Carrots	Fish Cakes Savoury Rice Baked Beans Gem Squash