

Totaal **VERS**

# ACTIEKRANT

*Je proeft het aan alles.*

SEPTEMBER 2023

Week 1 geldig  
1 t/m 10 sept.

## Fruitontbijt

Coolbest, fles 750 ml,

Sinaasappel-banaan Art. nr. 95933069

sinaasappel-aardbei Art. nr. 95933072

1.69

Vol fruit  
en met  
vezels



Week 2 geldig  
11 t/m 17 sept.

## Zomerse eiersalade

TotaalVERS,



cup 100 gram Art. nr. 20162866



bak 1 kilo Art. nr. 20162865

0.69

3.99

Week 3 geldig  
18 t/m 25 sept.

## Speculaas pasta

G'woon, pot 400 gram,

Art. nr. 95338303



1.89

Week 1 geldig 1 t/m 10 sept. Week 2 geldig 11 t/m 17 sept. Week 3 geldig 18 t/m 24 sept. Week 4 geldig 25 t/m 30 sept.

## Runder- sucadelap

Voordouw, gaar,  
per 500 gram,

Art. nr. 32022002



5.<sup>29</sup>

## Kip pesto rollade

W&G-groep,  
portie 40g - per kilo,

Art. nr. 40091849



19.<sup>00</sup>

## Salata di tricolore

W&G-groep, per kilo,

Art. nr. 40090946



17.<sup>00</sup>

## Zeeuwse spek

Bergwerff, per kilo,  
gesneden

Art. nr. 31003376



13.<sup>49</sup>

AGF

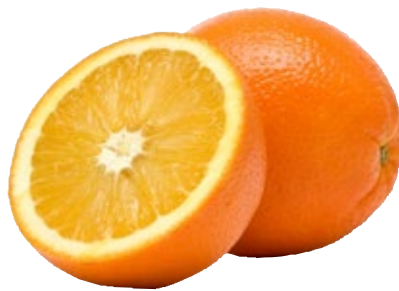
Week 1 geldig 1 t/m 10 september



**Paksoi**

TotaalVERS, per kilo,  
Art. nr. 20000298

2.<sup>99</sup>



**Persinaas-  
appelen middel**

TotaalVERS, per stuk,  
Art. nr. 20000820

0.<sup>19</sup>

Week 2 geldig 11 t/m 17 september



**Bleekselderij**

TotaalVERS, per stuk,  
Art. nr. 20000205

0.<sup>99</sup>



**Oosterse  
groentenmix**

TotaalVERS,  
zak 500 gram  
per kilo

Art. nr. 20162856  
Art. nr. 20162855

1.<sup>99</sup>  
3.<sup>99</sup>

Week 3 geldig 18 t/m 24 september



**Chinese kool**

TotaalVERS, per kilo,  
Art. nr. 20000147

1.<sup>49</sup>



**Appel jazz**

TotaalVERS, per stuk,  
Art. nr. 20000493

0.<sup>39</sup>

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



**Passiefruit**

TotaalVERS, per stuk,  
Art. nr. 20001575

0.<sup>89</sup>



**Krop sla**

TotaalVERS, per krop,  
Art. nr. 20000100

1.<sup>29</sup>

# Vis, Vlees en Gevogelte

Week 1 geldig 1 t/m 10 september



## Ossobucorol

WG-Groep, bak 1,2 kg, gaar,  
Art. nr. 40933537

17.<sup>00</sup>



## Victoriaabaarsfilet

AMfish, gestoofd, gaar,

bak 80 gram Art. nr. 51001213  
bak 1x80 gram Art. nr. 51004442  
bak 2x80 gram Art. nr. 51004443  
bak 5x80 gram Art. nr. 50009451  
bak 80 gram ZTZ Art. nr. 51001306

1.59  
2.19  
5.19  
7.99  
1.59

Week 2 geldig 11 t/m 17 september



## Runderpoulet

WG-Groep, bak 2 kg, gaar,  
Art. nr. 40932930

14.<sup>00</sup>



## Kipburger

Bergwerff, per kilo,  
Art. nr. 31007106

7.<sup>49</sup>

Week 3 geldig 18 t/m 24 september



## H-o-h gehakt

Voordouw, bak 500 gram,  
Art. nr. 32023076

3.<sup>19</sup>



## Rundersucade

WG-Groep, per stuk, gaar,  
Art. nr. 40801073

1.<sup>59</sup>

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



## Slavink

Voordouw, per kilo,  
Art. nr. 32026008

8.<sup>50</sup>



## Tilapia gestoofd

AMfish, gaar,

bak 80 gram Art. nr. 50004129  
bak 1x80 gram Art. nr. 50005741  
bak 2x80 gram Art. nr. 50005764  
bak 5x80 gram Art. nr. 50003741

1.25  
1.79  
2.99  
6.29

# Brood



Week 1 geldig 1 t/m 10 september



**Mueslibol**  
Bakkerij Pot, zak 6 stuks,  
Art. nr. 60000492

**2.<sup>62</sup>**

Week 3 geldig 18 t/m 24 september



**Casino brood**  
Bakkerij pot, heel, gesneden,  
Maisbrood Art. nr. 60000046  
Woudkornbrood Art. nr. 60000056

**2.<sup>18</sup>**

Week 2 geldig 11 t/m 17 september



**Slagroomsoesje**  
Bakkerij Pot, pak 250 gram,  
Art. nr. 60005791

**6.<sup>19</sup>**

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



**Amandel  
boterkoek**  
Bakkerij pot, per stuk,  
Art. nr. 60005655

**4.<sup>29</sup>**

# Diepvries



Week 1 geldig 1 t/m 10 september



**Apfelstrudel**  
Coppenrath, doos 600 gram,  
Art. nr. 89008569

**2.<sup>59</sup>**

Week 3 geldig 18 t/m 24 september



**Iglo vissticks  
omega 3**  
Iglo, doos 10 x 30 gram,  
Art. nr. 95205128

**2.<sup>99</sup>**

Week 2 geldig 11 t/m 17 september



**Soep-  
groenten extra**  
Ardo, zak 2,5 kilo,  
Art. nr. 89001457

**2.<sup>59</sup>**

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



**Aardappelbolletjes**  
G'woon, zak 600 gram,  
Art. nr. 95922017

**0.<sup>99</sup>**

# Alle boodschappen Non-Food

Week 1 geldig 1 t/m 10 september



## Diepvrieszakjes 1 liter

Toppits, doos 20st,  
Art. nr. 95248180

2.<sup>39</sup>

Week 2 geldig 11 t/m 17 september



## Handzeep balance

Unicura,  
fles 250 ml,  
Art. nr. 82922575

1.<sup>69</sup>

Week 3 geldig 18 t/m 24 september



## Toiletpapier kussenzacht

Page, pak 6 rol,  
Art. nr. 95717291

2.<sup>99</sup>

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



## Multi ontvetter

Dubro,  
fles 650 ml,  
Art. nr. 95106506

2.<sup>29</sup>

## Zuivel

Week 1 geldig 1 t/m 10 september



## Fityoghurt 0,1% vet

Frankenland, cup 125 ml,  
4 smaken,  
Art. nr. 11000249

0.<sup>29</sup>

Week 2 geldig 11 t/m 17 september



## Vifit drink

Vifit, pak 500 ml,  
Bosvruchten Art. nr. 10502491  
Perzik Art. nr. 10502069  
Sinaasappel Art. nr. 10502487  
Rode vruchten Art. nr. 10502488

1.<sup>29</sup>

Week 3 geldig 18 t/m 24 september



## Bebo omega light

Bebo, kuip 250 gram,  
Art. nr. 11110054

0.<sup>89</sup>

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



## Zure room

Melkan, beker 125 ml,  
Art. nr. 95886950

0.<sup>49</sup>

# Alle boodschappen

Week 1 geldig 1 t/m 10 september



## Soepballetjes

G'woon, blik 200 gram,  
Art. nr. 95007561

0.<sup>89</sup>



## Soep

G'woon, blik 300 ml,

|          |                   |
|----------|-------------------|
| Tomaten  | Art. nr. 95109580 |
| Erwten   | Art. nr. 95109633 |
| Groenten | Art. nr. 95103288 |
| Kippen   | Art. nr. 95103153 |

0.<sup>89</sup>

Week 2 geldig 11 t/m 17 september



## Banaanschuim

Haribo, zak 240 gram,  
Art. nr. 95390002

1.<sup>29</sup>



Let op:  
Bestelartikel!

## Haverdrink barista

Alpro, tray 4 x 1 liter,  
Art. nr. 95912667

6.<sup>89</sup>

Week 3 geldig 18 t/m 24 september



## Naturel dressing

G'woon, fles 450 ml,  
Art. nr. 95987468

0.<sup>79</sup>



## Olijven in knoflook marinade

Carbonell, pot 170 gram,  
Art. nr. 95210080

1.<sup>59</sup>

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



## Senseo

Douwe Egberts, zak 36 stuks,  
Mocca gourmet Art. nr. 95828614  
Strong Art. nr. 95305090  
Decaf Art. nr. 95240080  
Classic Art. nr. 95975542  
Mild Art. nr. 95975548

4.<sup>59</sup>



## Thee

Zonnatura, doos 20 x 2 gram,

|              |                   |
|--------------|-------------------|
| Munt         | Art. nr. 95100332 |
| Ontspanning  | Art. nr. 95100329 |
| Goede Nacht  | Art. nr. 95100342 |
| Rooibos      | Art. nr. 95100328 |
| Sterenmix    | Art. nr. 82022581 |
| Goedemorgen  | Art. nr. 82022549 |
| Brandnetel   | Art. nr. 82022523 |
| 100% kamille | Art. nr. 82022531 |

1.<sup>99</sup>



Week 1 geldig 1 t/m 10 september



## Melkan drinkpakjes

Melkan, tray 6 x 200 ml,

Chocolade halfvol Art. nr. 95305270

Chocolade vol Art. nr. 95915209

Yoghurt aardbei Art. nr. 95304370

Yoghurt perzik Art. nr. 95305180

1.<sup>79</sup>



## Bloemenhoning knijpfles

Bio+, fles 350 gram,

Art. nr. 95339757

1.<sup>99</sup>

Week 2 geldig 11 t/m 17 september



## Kitkat 5-pack

KitKat, pak 207,5 gram,

Art. nr. 95127000

1.<sup>99</sup>



## Allesbinder

Koopmans, doos 200 gram,

Art. nr. 95188040

0.<sup>89</sup>

Week 3 geldig 18 t/m 24 september



## Havermout

Quaker, pak 600 gram,

Art. nr. 82032746

1.<sup>79</sup>



## Ketjap manis

Biofan, fles 125 ml,

zonder toegevoegd zout,

Art. nr. 95845896

1.<sup>79</sup>

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



## Klop-fix

Dr. Oetker, pak 40 gram,

Art. nr. 95120359

0.<sup>49</sup>



## Mix voor muffins

Homemade, pak 445 gram,

Art. nr. 95117927

2.<sup>09</sup>

# Maaltijdvoordeel:

## Broccolirijst met champignons en gegrilde zalm (halal)

Week 4 geldig 25 t/m 30 september



### Champignons

TotaalVERS, per 500 gram, middel,

Art. nr. 20001240

0.<sup>99</sup>



### Uienpoeder

Kruidenbaron, pot 60 gram,

Art. nr. 98602001

1.<sup>99</sup>



### Broccolirijst

TotaalVERS, per 500 gram,

Art. nr. 20161742

1.<sup>99</sup>



### Zalmfilet

Koman, per 500 gram, per portie, zonder vel,

Art. nr. 52011011

9.<sup>99</sup>



### Ketjap manis

Conimex, fles 250 ml,

Art. nr. 95276250

1.<sup>29</sup>



### Ketjap asin

Sum & Sam, fles 250 ml,

Art. nr. 95026020

0.<sup>79</sup>



### Sesamzaad

Verstegen, pot 44 gram,

Art. nr. 95948008

1.<sup>29</sup>

## Broccolirijst met champignons en gegrilde zalm (halal)

| Ingrediënten  | Per portie           |
|---------------|----------------------|
| Broccolirijst | 150 gram             |
| Champignons   | 100 gram             |
| Ketjap Asin   | 15 gram (1 eetlepel) |
| Ketjap manis  | 15 gram (1 eetlepel) |
| Uienpoeder    | 5 gram (1 theelepel) |
| Sesamzaad     | 5 gram (1 theelepel) |
| Zalm filet    | 100 gram (1 stuk)    |

| Zelf toevoegen | Per portie |
|----------------|------------|
| Olijfolie      | 1 el       |
| Peper en Zout  | Naar smaak |

Bereidingstijd: 55 - 65 minuten



Bestel de ingredienten  
direct op de webshop

#### 1 Champignons snijden

Was de champignons en snijd deze in plakken.

#### 2 Broccolirijst bereiden

Wok de broccolirijst in de olijfolie. Voeg na 5 minuten de champignons toe en laat het 5 minuten garen.

Voeg vervolgens de ketjap asin,  $\frac{3}{4}$  van de ketjap manis, uienpoeder, peper en zout toe en laat het geheel nog 3 minuten pruttelen.

#### 3 Zalm bereiden

Grill in de tussentijd de zalm in 6 minuten gaar en draai halverwege. Bestrooi met wat peper en zout naar smaak en lak de zalm met de overige ketjap manis af.

#### 4 Sesamzaadjes roosteren

Rooster de sesamzaadjes voor ongeveer 2 minuten in een koekenpan.

#### 5 Serveren

Serveer per bord een portie broccolirijst met zalm en garneer de zalm met de geroosterde sesamzaadjes.

Eet smakelijk!



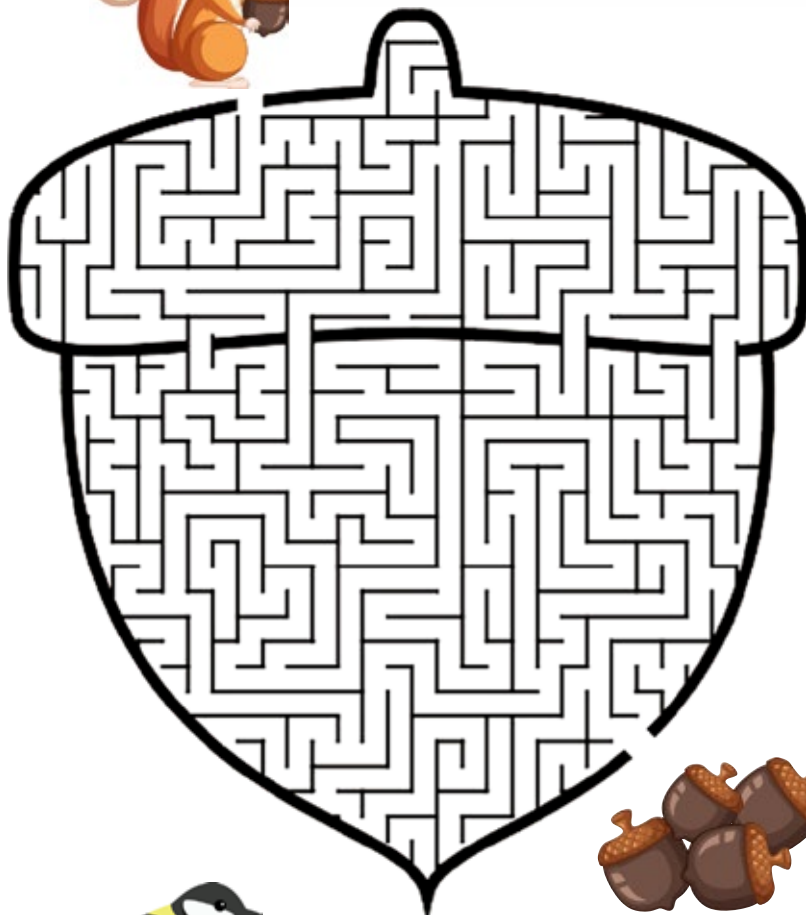
# Puzzel pagina

*Je proeft het aan alles.*

LANDVERS | EERLIJKE KOST | ALLE BOODSCHAPPEN



## Doolhof



## Sudoku

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 |   |   | 8 |   |   | 6 | 5 |   |
|   |   |   | 9 | 1 |   |   | 2 |   |
|   | 8 |   |   | 5 |   | 7 |   | 9 |
|   |   |   |   |   |   |   | 9 |   |
|   | 5 | 3 |   | 4 |   | 1 | 7 |   |
|   | 4 |   |   |   |   |   |   |   |
| 5 |   | 2 |   | 9 |   |   | 3 |   |
|   | 9 |   |   | 7 | 5 |   |   |   |
|   | 7 | 6 |   |   | 2 |   |   | 5 |





LANDVERS | EERLIJKE KOST | ALLE BOODSCHAPPEN

# Puzzel oplossing





Week 2 geldig 11 t/m 17 september

## Variejantjes hagelslag & jam

Van Oordt, doos 12 stuks,



**Hagelslag melk**  
Art. nr. 75015695



**Hagelslag puur**  
Art. nr. 75015696



**Vruchtenhagel**  
Art. nr. 75015698



**Abrikoos**  
Art. nr. 75015693



**Bosbes**  
Art. nr. 75015691



**Kers**  
Art. nr. 75015673



**Aardbei**  
Art. nr. 75015694

**Naar keuze**  
**1.89**



**NIEUW**

**in ons Assortiment**

Week 1 geldig 1 t/m 10 september



**Bosvruchten**

Art. nr. 25100111



**Rood fruit**

Art. nr. 25100113

**Luchtige yoghurt**

TotaalVERS, tray 14 x 80 gram,

**Bavaroise**

TotaalVERS, tray 14 x 110 gram,

**Naar keuze**

**18.99**



**Aardbeien**

Art. nr. 25100114



**Frambozen & roodfruit**

Art. nr. 25100112