

Totaal **VERS**

# ACTIEKRANT



*Je proeft het aan alles.*

SEPTEMBER 2021

**Week 1 geldig 1 t/m 5 september**



**Tonic**  
Royal Club,  
Fles 1 liter,  
Art. nr. 95843227

**Bitterlemon**  
Royal Club,  
Fles 1 liter,  
Art. nr. 95843229

**0.99**

**Week 2 geldig 6 t/m 12 september**



**Sojadrink vanille**  
Alpro,  
Tray 3 x 250 ml,  
Art. nr. 82090348

**Sojadrink  
chocolade**  
Alpro,  
Tray 3 x 250 ml,  
Art. nr. 95174130

**Sojadrink  
rode vruchten**  
Alpro,  
Tray 3 x 250 ml,  
Art. nr. 95174149

**1.49**

**Kookpudding bitterkoek**  
Dr. Oetker, Pak ± 85 gram,  
Art. nr. 95194751

**Kookpudding chocolade,**  
Dr. Oetker, Pak ± 85 gram,  
Art. nr. 95194883

**Kookpudding room**  
Dr. Oetker, Pak ± 85 gram,  
Art. nr. 95195030 /

**Kookpudding framboos**  
Dr. Oetker, Pak ± 85 gram,  
Art. nr. 95195073

**Kookpudding rum-rozijnen**  
Dr. Oetker, Pak ± 85 gram,  
Art. nr. 95195219

**Week 3 geldig 13 t/m 19 september**



**0.65**

**Week 1  
geldig 1 t/m 5 sept.**

**Vijg**  
TotaalVERS,  
Stuk,  
Art. nr. 20001574



**0.49**

**Week 2  
geldig 6 t/m 12 sept.**

**Engelse drop**  
G'woon,  
Zak 400 gram,  
Art. nr. 95860816



**0.99**

**Week 3  
geldig 13 t/m 19 sept.**

**Bildstar aardappel**  
TotaalVERS, Kg,  
Art. nr. 20000009



**0.49**

**Week 4  
geldig 20 t/m 30 sept.**

**Vega madrasstoof**  
W&G groep, Kg,  
Art. nr. 40945022



**13.75**



# Alle boodschappen

Week 1 geldig 1 t/m 5 september



**Mars**  
Mars 5-Pack,  
Art. nr. 95173540



**Twix**  
Twix 5-Pack,  
Art. nr. 95170630

**1.75**



**Sladresing yoghurt**  
G'woon, Fles 450 ml,  
Art. nr. 95597757

**Sladresing  
Honing-mosterd**  
G'woon, Fles 450 ml,  
Art. nr. 95985947

**0.85**

Week 2 geldig 6 t/m 12 september



**Double  
chocolate cookies**  
G'woon, Pak 200 gram,  
Art. nr. 95183680

**Triple  
chocolate cookies**  
G'woon, Pak 200 gram,  
Art. nr. 95406430

**0.95**



**Braadstomen  
smokey chicken**  
Maggi,  
Zak 38 gram,  
Art. nr. 95265727

**0.99**

Week 3 geldig 13 t/m 19 september

**Gazeuse framboos**  
Raak, Fles 25 cl,  
Art. nr. 95836613

**Gazeuse citroen**  
Raak, Fles 25 cl,  
Art. nr. 95616492

**Gazeuse champagne**  
Raak, Fles 25 cl,  
Art. nr. 95836615



**0.45**



**Zwarte peper**  
G'woon,  
Bus 50 gram,  
Art. nr. 95987726

**Witte peper**  
G'woon,  
Bus 50 gram,  
Art. nr. 95987730



**0.75**

Week 4 geldig 20 t/m 30 september



**Mineraalwater**  
Bar-le-Duc,  
Pak 2 liter,  
Art. nr. 95574856

**0.75**



**Olijfolie  
extra vierge**  
G'woon,  
Fles 500 ml,  
Art. nr. 95309660

**Olijfolie  
traditioneel**  
G'woon,  
Fles 500 ml,  
Art. nr. 95435272

**1.99**

# Maaltijd Voordeel Pompoen-vanille smoothie

Week 4 geldig 20 t/m 30 september



**Vanilleyoghurt**  
Melkan,  
Pak 1 liter,  
Art. nr. 95932194

0<sup>79</sup>



**Havermout**  
Meesters van de halm,  
Pak 500 gram,  
Art. nr. 75000405

1<sup>99</sup>



**Pompoenblokjes**  
TotaalVERS,  
500 gram,  
Art. nr. 20161605

1<sup>49</sup>



**Walnoten**  
Qualino,  
Bak 75 gram,  
Art. nr. 20002415

1<sup>49</sup>



**Kaneel**  
G'woon,  
Bus 52 gram,  
Art. nr. 95987717

0<sup>55</sup>

## Recept Pompoen-vanille smoothie

Personen: 2

Bereidingstijd: 25 - 35 minuten

Ingrediënten:

- 500 ml vanilleyoghurt
- 250 gram pompoenblokjes
- 2 theelepels kaneel
- 4 eetlepels havermout
- 10 gram walnoten

Bereiding:

Doe alle ingrediënten in een blender. Meng de ingrediënten tot er een mooie gladde smoothie ontstaat. Naar wens kan je een beetje melk of water toevoegen als de smoothie te dik is. Vind je je smoothie te dun? Dan kan je nog een beetje havermout toevoegen. Schenk de smoothie in een mooi glas.

Drink smakelijk!

Tip: Wil je de smoothie verrijken, voeg dan bijvoorbeeld een cupje XtraVital allesverrijker toe.

Tip: Wil je liever een iets zoetere smoothie, voeg dan een zakje vanillesuiker toe of een lepeltjes honing.







**Week 1 geldig 1 t/m 5 september**



**Witte druiven**

TotaalVERS,  
Bak 500 gram,  
Art. nr. 20000474

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

**Blaue druiven**

TotaalVERS,  
Bak 500 gram,  
Art. nr. 20001360



**Spitskool**

TotaalVERS,  
Kg,  
Art. nr. 20000132

**0.<sup>89</sup>**

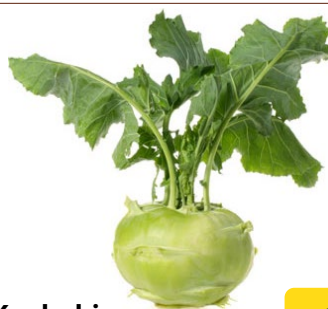
**Week 2 geldig 6 t/m 12 september**



**Meloen galia**

TotaalVERS,  
Stuk,  
Art. nr. 20001540

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



**Koolrabi**

TotaalVERS,  
Stuk,  
Art. nr. 20000279

**0.<sup>69</sup>**

**Week 3 geldig 13 t/m 19 september**



**Kiwi**

TotaalVERS,  
Stuk,  
Art. nr. 20001520

**0.<sup>39</sup>**



**Bloemkool**

TotaalVERS,  
Stuk,  
Art. nr. 20000115

**1.<sup>25</sup>**

**Week 4 geldig 20 t/m 30 september**



**Wilde perzik**

TotaalVERS,  
500 gram,  
Art. nr. 20001549

**1.<sup>99</sup>**



**Knolselderij**

TotaalVERS,  
Stuk,  
Art. nr. 20000199

**1.<sup>25</sup>**

# TotaalVERS Top Merk: Patak's

Patak's is een merk van curry pasta's, sauzen en kruiden in Indiase stijl. Het werd opgericht door het man-en-vrouw-team Lakshmi Shankar Pathak en Shanta Pathak, een Gujarati-Britse ondernemer.



Leer de traditionele smaken van India kennen en raak geïnspireerd. Je zult er geen spijt van krijgen!



India is een extreem kleurrijk land voor foodies waar culturele en religieuze smaken elkaar passeren. Wat gebruikelijk is in de verschillende regio's is dat hele familie's samen komen aan een tafel en bijzondere maaltijden vieren met een ritueel.



## Week 1 geldig 1 t/m 5 september



**Currysaus mild**  
Patak's, Pot 450 gram,  
Art. nr. 82163088

**Tandoori**  
Patak's, Pot 450 gram,  
Art. nr. 82163086

**Tikka masala**  
Patak's, Pot 450 gram,  
Art. nr. 82163351

**1.<sup>99</sup>**

## Week 2 geldig 6 t/m 12 september



**Naanbread knoflook-koriander**  
Patak's, Pak 8 stuks,  
Art. nr. 84110988

**Naanbread pappadums**  
Patak's, Zak 2 stuks  
Art. nr. 82141621

**2.<sup>75</sup>**

## Week 3 geldig 13 t/m 19 september



**Currypasta mild**  
Patak's,  
Pot 165 gram,  
Art. nr. 82163046

**Tikka masala pasta**  
Patak's,  
Pot 165 gram,  
Art. nr. 82163070

**1.<sup>99</sup>**

## Week 4 geldig 20 t/m 30 september



**Sweet mango chutney**  
Patak's,  
Pot 340 gram,  
Art. nr. 82163103



**1.<sup>99</sup>**





# Alle boodschappen

## Week 1 geldig 1 t/m 5 september



### Zilveruitjes zoetzuur

G'woon,  
Pot 320 ml  
Art. nr. 95978223

### Amsterdamse uien

G'woon,  
Pot 370 ml,  
Art. nr. 95972855

0.49



### Snelkook witte rijst

G'woon, Pak 400 gram,  
Art. nr. 95728000

### Snelkook zilvervriesrijst

G'woon, Pak 400 gram,  
Art. nr. 95835864

0.45

## Week 2 geldig 6 t/m 12 september



### Rode biet

G'woon,  
Pot 680 gram,  
Art. nr. 95041760

### Wortel extra fijn

G'woon,  
Pot 680 gram,  
Art. nr. 95041970

0.75



### Volkoren spaghetti

G'woon, Zak 500 gram,  
Art. nr. 95306860

### Volkoren macaroni

G'woon, Zak 500 gram,  
Art. nr. 95306300

0.49

## Week 3 geldig 13 t/m 19 september



### Appelcompote

Hak, Pot 360 gram,  
Art. nr. 95195520

### Rabarbercompote

Hak, Pot 360 gram,  
Art. nr. 95218890

0.99



### Mihoen

Conimex,  
Pak 250 gram,  
Art. nr. 95240753

1.15



## Week 4 geldig 20 t/m 30 september



### Kapucijners

Hak, Pot 720 gram,  
Art. nr. 82031342

### Witte bonen

Hak, Pot 720 gram,  
Art. nr. 95218930

1.49



### Aardappelpuree

G'woon, Pak 2 x 135 gr.  
Art. nr. 95986713

### Aardappelpuree a la minute

G'woon, Pak 180 gram,  
Art. nr. 95250380



0.69



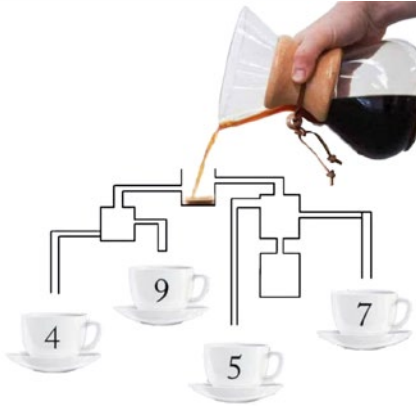
# Puzzel pagina

*Je proeft het aan alles.*

*landvers, eerlijke kost, alle boodschappen*

Wie krijgt het eerst koffie?

Zoek de kopjes door de Actiekrant



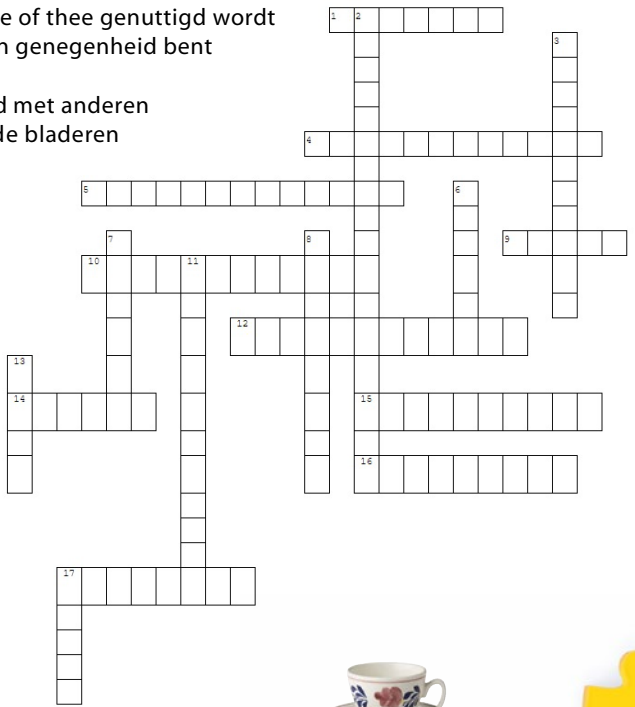
## Kruiswoordpuzzel

### Verticaal

- 2 Trefpunt
- 3 Liefdadigheidsorganisatie voor iedereen die iets voor een ander wil doen
- 6 Warme drank van gemalen bonen
- 7 Een klein baksel dat meestal bij de koffie of thee genuttigd wordt
- 8 Persoon waarmee je door gevoelens van genegenheid bent verbonden
- 13. Gemis aan een hechte, emotionele band met anderen
- 13 Heet water met de smaak van gedroogde bladeren
- 17 Deel van een stad of dorp

### Horizontaal

- 1 Keer dat je iemand ziet of spreekt
- 4 Babbeltje
- 5 De mate van tijd, aandacht, werk en moeite die iemand over heeft voor een persoon
- 9 Een echt gezelschapsspel waarbij de spelleider balletjes met elk hun eigen nummer trekt
- 10 Koffiemelk
- 12 Een prettige atmosfeer
- 14 Iemand bijstaan
- 15 Ergens mee bezig zijn
- 16 In elkaars gezelschap zijn
- 17 Evenement in Nederland op 25 september 2021



## Rebus

b+ ★ s=e      ¥ y=e      hoed h=g+e  
ster      yen      hoed

bus s=u+ oor -oo+,      dans -s      yen y=e  
bus      oor      dans      yen

klaver -kla+r+ ei -i      tv -t+r+      yen y=i+      cd -c+!  
klaver      ei      tv      yen      cd







# Vlees, Vis, Gevogelte & Vleeswaren

Week 1 geldig 1 t/m 5 september



## Gebakken kabeljauw

AMfish,  
5 x 75/90 gram,  
Art. nr. 50003518

7.<sup>49</sup>



## Slagersrookworst

Bergwerff,  
Kg,  
Art. nr. 31005500

8.<sup>15</sup>

Week 2 geldig 6 t/m 12 september



## Zalm in hollandaise-saus (gaar)

AMfish,  
5 x 80/90 gram,  
Art. nr. 50037211

12.<sup>59</sup>



## Tartaar (geportioneerd)

Bergwerff,  
Kg,  
Art. nr. 31002295

9.<sup>35</sup>

Week 3 geldig 13 t/m 19 september



## Vega cordon bleu (gaar)

Bergwerff,  
Stuk,  
Art. nr. 31006076

1.<sup>15</sup>



## Kip oerhammetje (gaar)

W&G groep,  
Stuk  
Art. nr. 40091597

2.<sup>39</sup>

Week 4 geldig 20 t/m 30 september



## Vega schnitzel (gaar)

Bergwerff,  
Stuk,  
Art. nr. 31006070

1.<sup>15</sup>



## Kipborrelboutjes

W&G groep,  
Kg,  
Art. nr. 40091052

8.<sup>09</sup>

# Diepvries

Week 1 geldig 1 t/m 5 september



**Sinas vanille ijsjes**  
G'woon,  
Doos 10 stuks,  
Art. nr. 95920566

0.<sup>95</sup>

Week 2 geldig 6 t/m 12 september

**Sperziebonen gebroken**  
G'woon,  
Doos 450 gram,  
Art. nr. 95879654



**Rode kool met appel**  
G'woon,  
Doos 450 gram,  
Art. nr. 95920990

0.<sup>55</sup>

Week 3 geldig 13 t/m 19 september



**Kipnuggets oven**  
Mora,  
Pak 14 stuks,  
Art. nr. 95921177

1.<sup>65</sup>

Week 4 geldig 20 t/m 30 september



**Zalm in bladerdeeg**  
Vismarine,  
Bak 300 gram,  
Art. nr. 95925700

1.<sup>99</sup>

# Alle boodschappen Non-Food

Week 1 geldig 1 t/m 5 september



**Dikke bleek**  
Superschoon, Fles 1 liter,  
Art. nr. 95243860

**Dunne bleek**  
Superschoon, Fles 1 liter,  
Art. nr. 95243200

0.<sup>35</sup>

Week 2 geldig 6 t/m 12 september



**Allesreiner fris**  
Ajax,  
Fles 1 liter,  
Art. nr. 95831667

1.<sup>49</sup>

Week 3 geldig 13 t/m 19 september



**Hygiënische reiniger**  
Dettol,  
Fles 500 ml,  
Art. nr. 95407690

1.<sup>99</sup>

Week 4 geldig 20 t/m 30 september



**Viscosedoekjes**  
G'woon,  
Pak 3 stuks,  
Art. nr. 95975633

0.<sup>45</sup>



# Burendag boodschappen 25 september 2021

BURENDAG



#metelkaar

Op Burendag willen wij zoveel mogelijk buren met elkaar in contact brengen. Waarom? Omdat buurten leuker, socialer en veiliger worden als buren elkaar ontmoeten, elkaar helpen en zich samen inzetten voor de buurt.



Douwe Egberts en het Oranje Fonds dragen hier graag aan bij en zijn daarom initiatiefnemers van Burendag. Koffie is voor buren het begin voor het leggen en versterken van de contacten. En die contacten zijn de basis voor een leuke Burendag!



Week 4 geldig 20 t/m 30 september



**Thee fruitvariatie**  
Pickwick,  
Pak 20 x 1,5 gram,  
Art. nr. 95161940

1.<sup>39</sup>



**Roombonbons  
Holland**  
Elvee,  
Doos 300 gram,  
Art. nr. 95872527

4.<sup>49</sup>

**Koffiepads classic**  
Douwe Egberts,  
Zak 36 stuks,  
Art. nr. 95975542



**Koffiepads mild**  
Douwe Egberts,  
Zak 36 stuks,  
Art. nr. 95975548



**Koffiepads decaf**  
Douwe Egberts,  
Zak 36 stuks,  
Art. nr. 95240080



**Koffiepads mocca**  
Douwe Egberts,  
Zak 36 stuks,  
Art. nr. 95828614

3.<sup>69</sup>



**Roomboter koekjes  
assorti**  
G'woon,  
Pak 200 gram,  
Art. nr. 95674851

1.<sup>25</sup>



# Nieuw in ons assortiment: Daily nutrition

Heeft u moeite om ouderen van voldoende EIWIT te voorzien? Kies dan voor ons eiwitrijk assortiment!

Bij het ouder worden is een goede voeding, samen met beweging, een van de belangrijkste factoren voor het behoud van spierkracht en conditie en het (preventief) tegengaan van ondervoeding.



DAILY NUTRITION



Eiwit is een essentiële bron voor de ondersteuning van spieren om actief oud te worden en een zelfstandiger leven te ondersteunen. Het zorgt er mede voor dat de ouderen mobiel en vitaal blijven.

Met het aanbieden van een smaakvol palet aan nutritioneel verrijkte voedingsproducten met de focus op eiwit, vezels en/of energie voorzien wij ouderen om makkelijker aan deze dagelijkse behoefte te voldoen.

En ze smaken ook nog eens zeer lekker!

- ✓ Rijk aan eiwit
- ✓ Bron van vezels
- ✓ Voor elke moment van de dag
- ✓ Lekker van Smaak



Week 1 & 2 geldig 1 t/m 12 sept.



**Beau praline**  
Daily Nutrition,  
Pak 3 stuks,  
Art. nr. 95170548

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

Week 3 geldig 13 t/m 19 sept.



**Crackers**  
Daily Nutrition,  
Pak 4 stuks,  
Art. nr. 95131226

**2.<sup>19</sup>**

Week 4 geldig 20 t/m 30 sept.



**Grissini**  
Daily Nutrition,  
Pak 3 stuks,  
Art. nr. 95133985

**2.<sup>19</sup>**



*Je proeft het aan alles.*

*landvers, eerlijke kost, alle boodschappen*

