



MENU

POST 1

Ranja / Appel / Mueslireep / Chocoladereep

POST 2

Ranja / Bouillon / Cola / Paprika / Rozijnenbol / Ontbijtkoek

POST 3

Ranja / Bouillon / Banaan / Boterham / Kaasstengel

POST 4

Ranja / Bouillon / Appel / Komkommer / Fruitreep

POST 5

*Ranja / Bouillon / Cassis / Banaan / Paprika / Ontbijtkoek /
Chocoladereep*

POST 6

Ranja / Bouillon / Tomaat / Mueslireep / Drop

POST 7

*Ranja / Bouillon / Cola / Komkommer
Paprika / Boterham / Zoutstengel / Thee / Koffie*

POST 8

Ranja / Bouillon / Cassis / Banaan / Ontbijtkoek / Chocoladereep

POST 9

Ranja / Bouillon / Drinkontbijt / Appels / Mueslireep / Fruitreep

POST 10

*Ranja / Bouillon / Cassis / Cola / Komkommer / Boterham
Kaasstengel / Koffie / Thee*

POST 11

*Ranja / Bouillon / Appel / Tomaat / Rozijnenbol
+ Rest van bovenstaande*

POST 12

Rest van bovenstaande

POST 13

Rest van bovenstaande

POST 1 (40 KM) DAARNA VANAF POST 9

Ranja / Appels / Mueslireep / Chocoladereep

ZOLANG DE VOORRAAD STREKT!!

ZOLANG DE VOORRAAD STREKT!!

