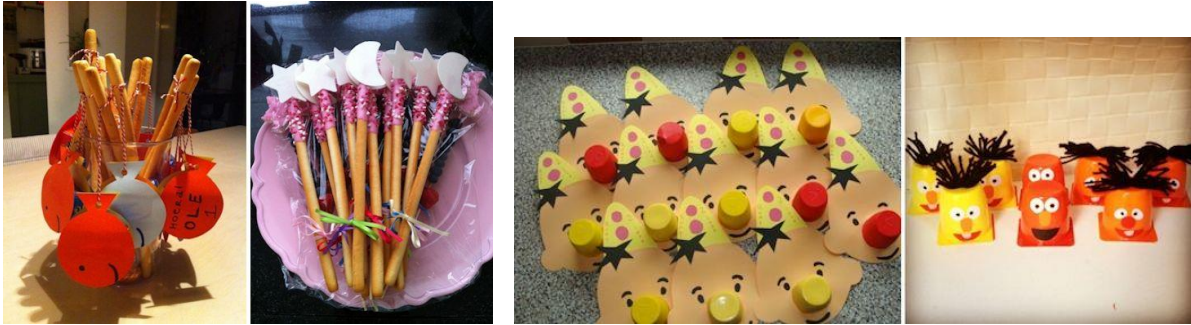
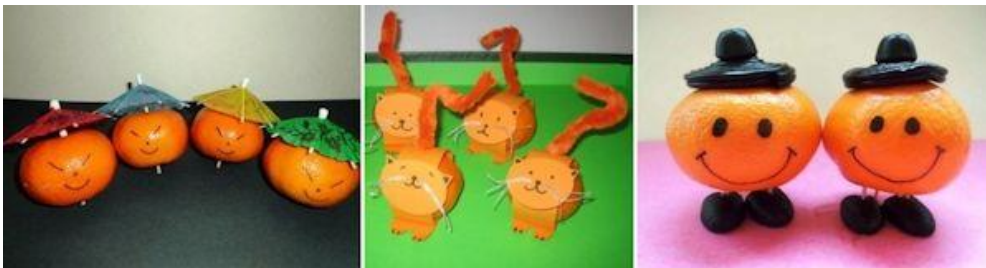


LEUKE EN GEZONDE KINDERTRAKTATIES



Danoontjes, ook daar maak je leuke traktaties van! Knutsel met papier zodat het danoontje de neus van [Bumba](#) wordt of tover de toetjes om tot de [Sesamstraat figuren](#) Bert, Ernie en Elmo.



Zijn ze niet ontzettend leuk deze mandarijntjes? Nooit gedacht dat je hier zoveel leuke verschillende traktaties mee kon maken. Door een parasolletje door de mandarijn te steken en een gezichtje te tekenen maak je hele schattige [Chinese mandarijntjes](#). Je kunt ook met papier wat knutselen om dit fruit om te toveren tot lieve [oranje katers](#). Wil je de kinderen toch ook een snoepje meegeven? Dan kun je [dromannetjes](#) maken met mandarijntjes, ik vind ze leuk!



Spiesjes kun je zo leuk, lekker en gezond maken als je zelf wilt. Steek de leeftijd van de jarige uit een blokje kaas en voeg een vrolijke foto toe voor persoonlijke [verjaardags spiesjes](#). Ook leuk: [giraffen spiesjes](#)! Ik denk zomaar dat de klasgenoten van de jarige deze heel erg leuk (en lekker!) zullen vinden.



Omdat je met spiesjes lekker creatief kunt zijn heb ik nog wat extra ideetjes. Wat dacht je van de [rupsje nooitgenoeg](#) spiesjes? Ze zijn gemaakt van druiven op een sateprikker met een aardbei als hoofd. Ogen maak je met een beetje gesmolten witte- en melkchocolade. De [harten spiesjes](#) vind ik ook vrolijk, je kiest fruit uit wat je lekker vindt en neemt een uitsteker in de vorm van een hartje of een ander leuk figuur. De spiesjes krokodil vind ik echt ontzettend leuk bedacht. Je snijdt een komkommer in allemaal kleine plakjes, van de uiteinden maak je een hoofd en staart. De plakjes gebruik je voor de spiesjes waarvan het komkommer het onderste stukje is. Al deze spiesjes op een rij vormen een leuke traktatie krokodil.



Voor in de zomer zijn met fruit gevulde ijshoorntjes een leuk idee, voeg vorkjes toe zodat de kinderen het fruit gemakkelijk uit de hoorntjes kunnen prikken. Vind je het leuk dat de spiesjes een geheel vormen zoals de krokodil? Dan vind je de [pauw](#) met het lijf van een aubergine en staartveren van spiesjes vast ook leuk! Als laatste spiesjes met een combinatie van fruit en poffertjes.



Piraten eierkoeken! Had jij er al eens aan gedacht? Of maak lieve huisjes van een plakje ontbijtkoek. Gebruik zure matten voor het dak en de ramen en deuren.



Zoals ik al zei lijkt een mand met appels mij nu niet echt leuk om mee rond te lopen, maar als je van een spekje een leuk [rupsje nooitgenoeg](#) maakt dat uit de appel komt wordt het toch best wel leuk! Combinatie van iets gezonds en iets lekkers dus, net als bij de vlinders. De vleugels kun je vullen met fruit of iets anders lekkers. met een knijper maak je het vlinder lijfje. Heel erg leuk deze [vlinder traktatie](#).



Argh! Zijn ze niet gaaf?! Maak van je bananen stoere piraten met een servetje en bind hier een doosje schatkist snoepjes aan. Een hele stoere traktatie! Iets minder stoer, maar wel heel erg schattig, is dit [rijstwafel schaapje](#). Een erg lieve traktatie voor de allerkleinsten (al zullen de oudere kindjes ze denk ik ook wel heel erg leuk vinden!).



Zijn de piraten je iets te stoer? Dan maak je toch gewoon vrolijke [bananen in een hula rokje](#). Of een stoere (piraten) [bananenboot](#) als de piraten toch net niet jouw ding zijn. Prik ze in een doosje rozijntjes zodat ze rechtop blijven staan.



Dat je met bananen behoorlijk creatief kunt zijn blijkt maar weer. Met wat geknutsel tover je ze zo om in vrolijke [bananen teckels](#) (met halsband!). Of neem bruin papier waarvan je een [aapje](#) maakt dat zijn staart om de banaan heen wikkelt, ook heel erg leuk!



Dat je van fruit leuke spiesjes kunt maken is bekend. Wat dacht je ervan om er zomerse bloemen van te maken. Dat dit op verschillende manieren kan zie je op bovenstaande foto. Een [papieren bloem](#) met een hart van fruit bijvoorbeeld. Of ga voor een [ananasbloem](#) met een steel van druiven.



Wie kent rupsje nooitgenoeg nu niet? Dit eetgrage rupsje biedt genoeg inspiratie voor traktaties. Serveer op een schaal stukjes groente en fruit met een hapje er uit. [Rupsje nooitgenoeg](#) mag zelf natuurlijk ook niet ontbreken in dit geheel. Voor de kids die wat ouder zijn kun je ook heel goed stukjes groente en fruit leuk presenteren. Kijk maar eens naar deze [gevulde baking cups](#), ziet er hartstikke vrolijk uit!



Bekend met Babybel? Dan heb je vast wel eens eerder gezien dat je behoorlijk creatief kunt zijn met deze kaasjes. Je kunt er ook [lieveheersbeestjes](#) van maken. Het hoofd en de stippen zijn hier gemaakt van olijven, maar daar kun je ook prima blauwe druiven voor gebruiken. Dat mozzarella en tomaatjes een heel goede combinatie is, hoef ik jullie niet te vertellen. Wel wil ik laten zien dat je hier ook hele leuke [paddenstoeltjes](#) van kunt maken. Zien ze er niet schattig uit?



Dat creativiteit met eierkoeken geen grenzen kent blijkt uit bovenstaande foto's. Tover ze om tot stoere [piraten eilanden](#), inclusief schatkist! Wie het wat liever wil houden kiest voor de [muizen of katten](#).



Bananen! Ik hou er niet zo van, maar ze zijn wel geschikt voor talloze creatieve traktaties. De [Minion banaan](#) vind ik denk ik de leukste die ik tot nu toe gezien heb. BANANAS! (had ik al gezegd dat ik een beetje fan ben van de minions?) De [bananen dolfijnen](#) vind ik trouwens ook super, erg leuk gedaan zo met die druiven!



Trakteren met broodjes klinkt misschien een beetje gek, maar bij het zien van deze schattige [worstenbroodjes](#) die er uit zien als varkentjes ben ik overtuigd. Te leuk! Toch liever zoet? Maak dan vrolijke bekertjes met [manna's en een snoepvis](#). Ook leuk voor feestjes met een 'onder water' thema.



Gezonde cupcakes trakteren? Die maak je van een [mandarijn](#) en een druif! Of kies voor verschillende fruitsoorten in alle kleuren van de [regenboog](#) en maak hier leuke spiesjes. Vind je spiesjes wel leuk, maar liever niet met fruit? Van een blokje kaas, stukje komkommer en schijfje tomaat kun je hele leuke [bloemen](#) maken.



De kids die groot fan zijn van Sesamstraat kunnen voortaan ook traktaties maken van hun favoriete figuur. [Koekiemonster](#) vraagt natuurlijk om een koekje, deelt een stuk leuker uit zo! Je mandarijnen en bananen tover je om tot het duo [Bert en Ernie](#).



Nog meer spiesjes! Smeer een pannenkoek in met jam en maak hier kleine rolletjes van. Rijk ze op een prikker voor heuse [pannenkoeken spiesjes](#). Ook van [brood](#) kun je leuke spiesjes maken. Hier zijn ze in de vorm van sterren uitgestoken en belegd met pindakaas en jam. Rijk ze samen met stukjes fruit op een prikker.



Kinderen zijn dol op danoontjes (ik vind ze eigenlijk ook wel lekker) en waarom zou je ze dan niet trakteren? Ze zien er vermomd als [Angry Birds](#) natuurlijk wel wat leuker uit. Ook appels kun je prima een vermomming geven. Maak er bijvoorbeeld [ninja turtles](#) van. Als [Mike Wazowski](#) (Monsters Inc.) zijn ze ook super leuk!



Voor de meiden: [spiegeltjes](#)! Je maakt ze van een lange vinger en schoolkoek met melkvulling. De [horloges](#) knutsel je van papier in elkaar met daarin een doosje rozijntjes.