



PRINTBARE CHECKLIST

Besparen op je Kerstboodschappen

1. Voorbereiding

- ☐ Bepaal het aantal gasten
- ☐ Kies een budget (totaal + per persoon)
- ☐ Stel een kerstmenu samen (voorgerecht/hoofdgerecht/dessert)
- ☐ Check wat je al in huis hebt
- ☐ Maak een boodschappenlijst per categorie
- ☐ Plan welke winkels je wilt bezoeken

2. Slim inkopen

- ☐ Koop houdbare producten in de aanbieding
- ☐ Check wekelijkse aanbiedingen (folders/apps)
- ☐ Vergelijk prijzen tussen supermarkten
- ☐ Gebruik kortingsapps (Scoupy, cashback-acties, Bonus etc.)
- ☐ Kies waar mogelijk voor huismerken

3. Koken op budget

- ☐ Ga voor seizoensgroenten
- ☐ Maak zelf salades en sauzen (niet kant en klaar)
- ☐ Kies goedkope maar smaakvolle gerechten (goedkoper vlees, ovenschotel, vegetarisch)
- ☐ Vermijd miniporties en luxe verpakkingen
- ☐ Koop in grotere verpakkingen en verdeel/vries in
- ☐ Snijd zelf vlees voor gourmet of fondue

4. Samen besparen

- ☐ Vraag gasten om iets mee te nemen
- ☐ Stem gerechten af zodat er geen dubbele ingrediënten nodig zijn
- ☐ Deel grootverpakkingen met familie/buren
- ☐ Bewaar bonnetjes voor cashback-acties of vraag je cashback meteen terug via de app die je gebruikt

5. Tijdens het boodschappen doen

- ☐ Houd je strikt aan de boodschappenlijst
- ☐ Check prijs per kilo/liter
- ☐ Kies voor alternatieven als iets duurder blijkt dan gepland
- ☐ Vermijd impulsaankopen (zeker bij luxe kerstschappen)
- ☐ Houd de aanbiedingen in de winkel in de gaten

6. Na het kerstdiner

- ☐ Bewaar restjes direct (koelkast/vriezer)
- ☐ Plan gerechten met restjes (soep, quiche, wraps, stampopot)
- ☐ Maak een lijst met producten die je nog kunt gebruiken
- ☐ Gooi zo min mogelijk weg
- ☐ Bereken wat je daadwerkelijk hebt uitgegeven

Extra notities

 _____

 _____

 _____

 _____