



Koningsspelen 2026 • Ontbijtpret

Groep 6, 7 & 8



Welkom!

Vul hier je naam in!

Hoi

Wat leuk dat je dit boekje ziet!

Speciaal voor jou hebben we ook deze editie van de Koningsspelen weer 'Ontbijtpret' gemaakt. Een boekje vol leuke puzzels, spelletjes en weetjes over een goede start van de dag.

Samen maken we ontbijten leuk voor iedereen, met volop plezier en samen bezig zijn.

Pak snel je potloden en ga lekker aan de slag.

Veel plezier!

© Koningsspelen | Den Haag, maart 2026

Uitgave Koningsspelen, Saturnusstraat 60 - Unit 46, 2516 AH Den Haag

Tekst en redactie Koningsspelen

Ontwerp & illustratie Studio TOMIS

'Ontbijtpret' is gemaakt in samenwerking met Jumbo.

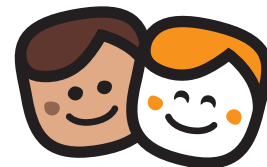


Inhoud

1. Ontbijtzoeker	4
2. Hersenkrakers	5
3. Ontwerp je sportoutfit	6
4. Fruit sudoku	7
5. Ontbijtquiz	8
6. Ontdekkingstocht	10
7. Recepten	11
Oplossingen	15

Tip

Kom je er in je eentje niet uit? Probeer het dan eens **samen met je beste vriend of vriendin**. Dat is ook nog eens extra gezellig!





Ontbijtzoeker

Lukt het jou om alle woorden te vinden die met het ontbijt te maken hebben?
Omcirkel alle woorden en maak een woord met de overgebleven letters.
De woorden staan horizontaal, verticaal, diagonaal en achterstevoren.

N	E	D	E	R	L	A	N	D	S	
O	N	T	B	I	J	T	G	A	L	V
K	O	N	I	N	G	S	D	A	G	
K	D	H	N	O	K	U	E	L	S	
L	Z	E	E	E	R	B	L	I	J	A
A	I	E	I	L	H	A	L	P	M	
S	B	A	L	L	P	C	N	E	E	
V	R	I	E	N	D	E	A	J	N	
M	E	E	D	O	E	N	N	L	E	
R	B	U	L	C	T	R	O	P	S	

Woorden:

- Nederlands
- Oranje
- Ontbijt
- Koningsdag
- Klas
- Samen
- Lied
- Lachen
- Leuk
- Bal
- Sportclub
- Meedoen
- Vriend
- Blij
- Vlag
- Helpen

Oplossing:



Hersenkraakers

Weet jij de rebusen en fruitsom op te lossen?

A



-k
p=e



ott = d



-d

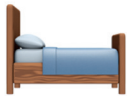


ant = e



m = z

B



d = s



-nt



b = v
-f



-ba



-kuik

C

$$\text{bean} + \text{bean} + \text{bean} = 33$$

$$\text{bean} + \text{grapes} \times \text{avocado} = 22$$

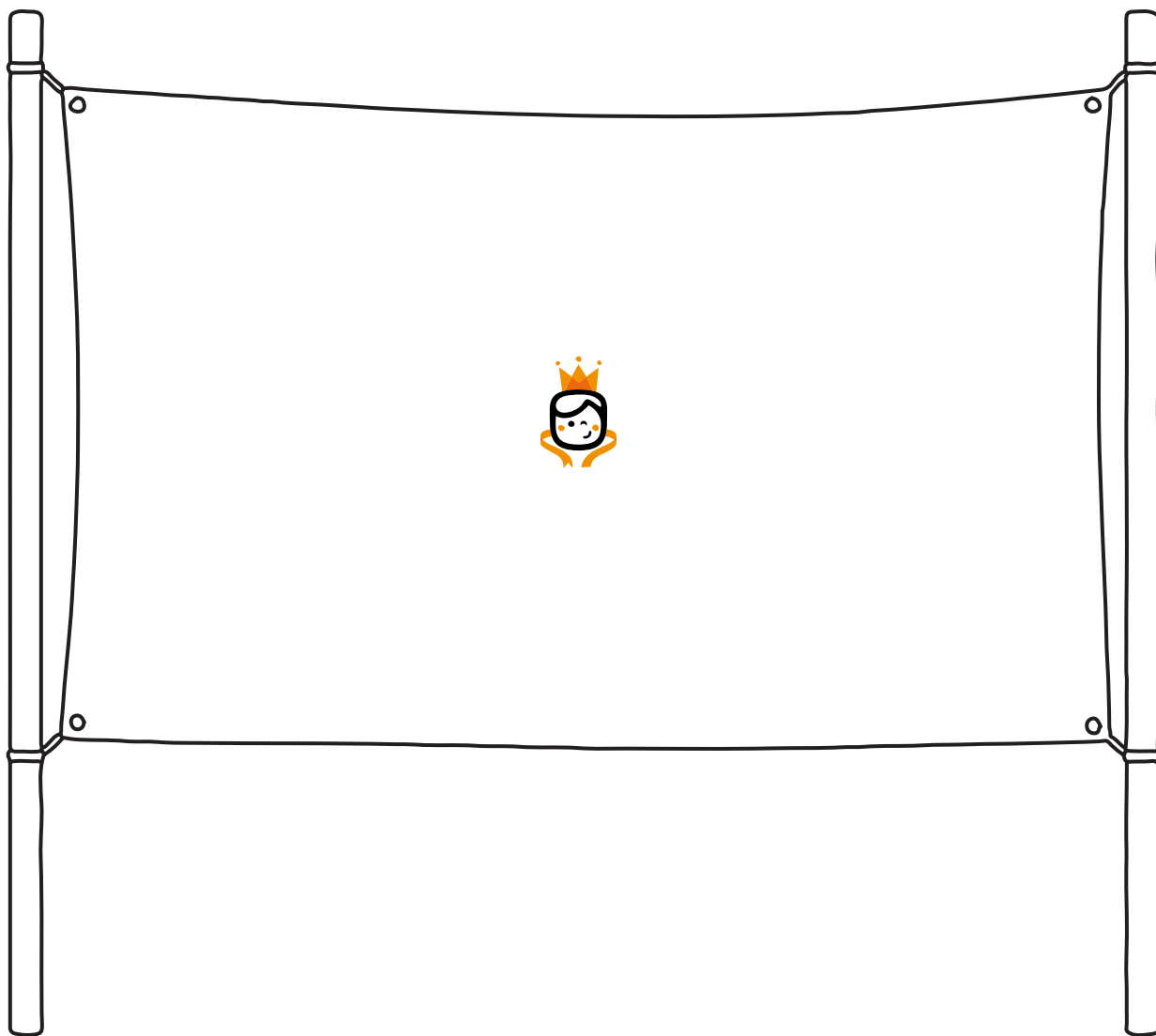
$$\text{bean} + \text{grapes} + \text{avocado} = 27$$

$$\text{bean} \times \text{grapes} - \text{avocado} = \bigcirc$$



Ontwerp je spandoek

Pak je stiften en kleurpotloden er maar bij, want op dit werkblad mag jij je eigen spandoek maken waarmee je je klas kunt aanmoedigen!



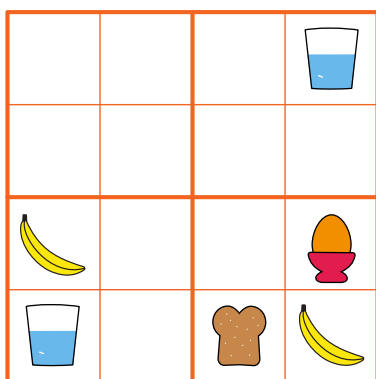


Fruit sudoku

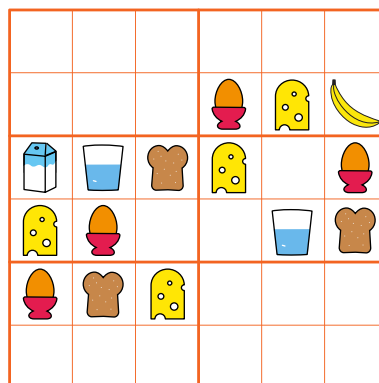
Weet jij welk fruitsoort in de lege vakjes moet komen te staan?
Volg onderstaande spelregels en maak de fruit sudoku compleet.

- In elke rij (van links naar rechts) mag een fruitsoort maar 1x staan.
- In elke kolom (boven naar beneden) mag een fruitsoort maar 1x staan.
 - In elk vierkant mag een icoon maar 1x staan.

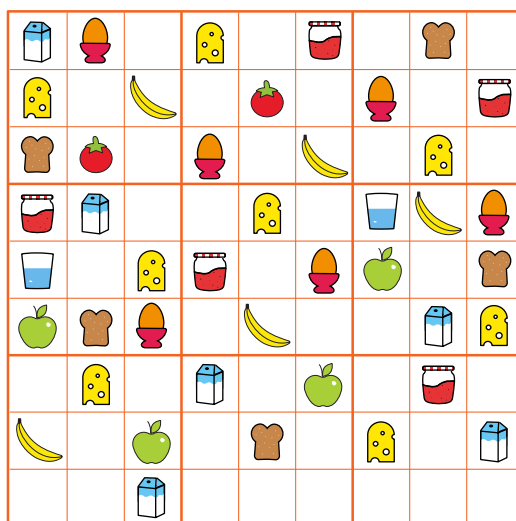
A



B



C





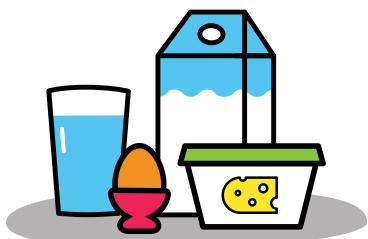
Ontbijtquiz

Weet jij de antwoorden op de volgende vragen? Omcirkel het juiste antwoord en tel je punten bij elkaar op. Heb jij de meeste punten van je groepje? Dan ben jij de ontbijtkoning.

1

Welk ontbijtproduct is 'vegan'?

- A. Melk
- B. Ei
- C. Water
- D. Smeerkaas



2

Welk ontbijtproduct bestaat voor meer dan 90% uit water en is dus een perfecte dorstlesser?

- A. Komkommer
- B. Ei
- C. Kaas
- D. Appelstroop

TIP

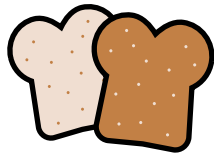
Vind je het lastig, vraag het aan je vader/ moeder of juf/meester.



3

Welk product zit vol met eiwitten die helpen bij de opbouw en het herstel van je spieren?

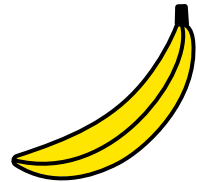
- A. Jam
- B. Hagelslag
- C. Ei
- D. Boter



4

Welk ontbijtproduct is van zichzelf al helemaal in de kleur van de Koningsspelen?

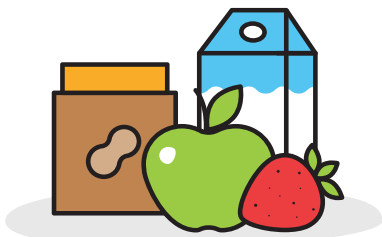
- A. Banaan
- B. Mandarijn
- C. Peer
- D. Blauwe bes



5

Welk ontbijtproduct heet in het Vlaams confituur?

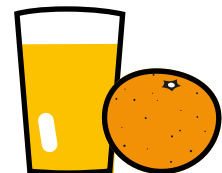
- A. Pindakaas
- B. Smeerkaas
- C. Jam
- D. Karnemelk



6

Hoe heet het ontbijtproduct met rozijnen erin?

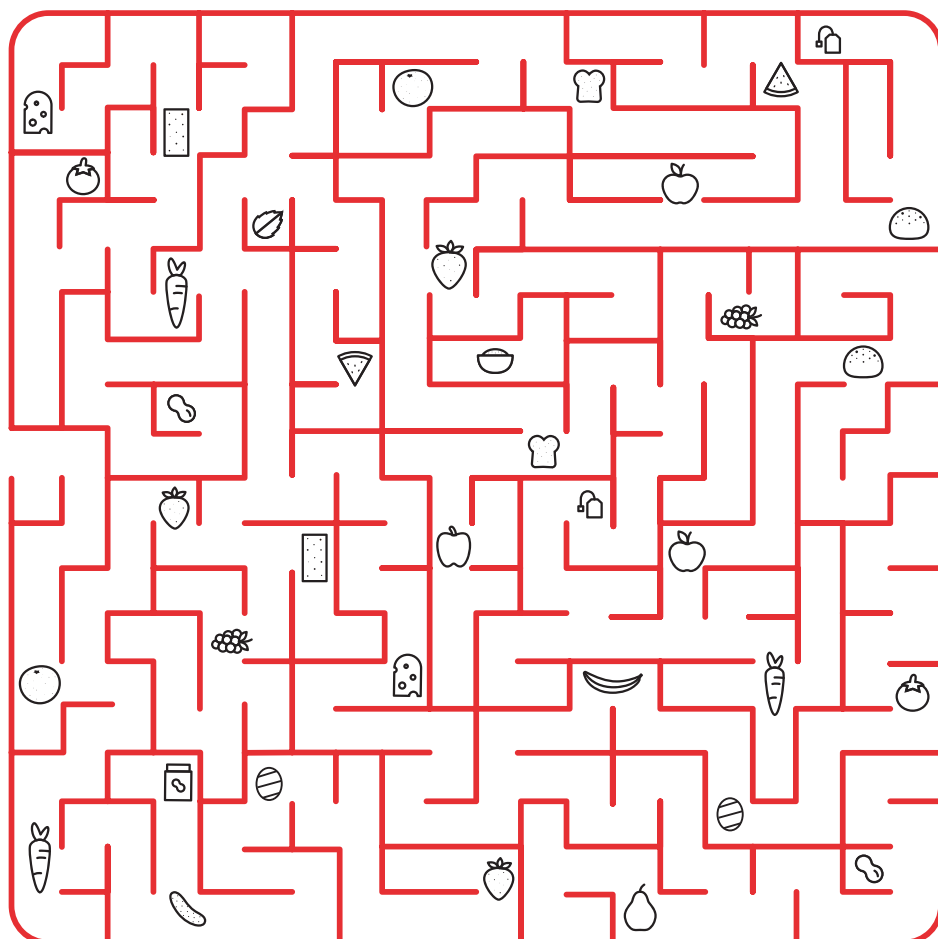
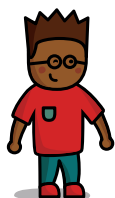
- A. Worstebroodje
- B. Krentenbol
- C. Bagel
- D. Donut





Ontdekkingstocht

Breng het kind naar de aardbei en ontdek welke ontbijtproducten je onderweg tegenkomt. Let op: je kunt niet door de muren. Kleur de ontbijtproducten in die je tijdens de ontdekkingstocht tegenkomt.





Boterham geitenkaas en ei

- 4 stuks eieren
- 4 plakjes jong beleg
geitenkaas
- 4 plakjes komkommer
- 1 plakje winterwortel
- 12 zwarte-olijvenplakjes
- 4 stuks Snackpaprikaatjes
- 4 sneetjes fijn volkoren brood



voor 4 personen



10 minuten


1. Verdeel de boterhammen over 4 borden.
2. Kook de eieren 8 minuten hard. Spoel ze koud, pel ze en halveer ze in de lengte.
3. Snijd de kaas zo dat hij precies het brood bedekt.
4. Halveer de komkommer en leg deze op de kaas als vleugels. Snijd driehoekjes van de wortel voor de neus en halveer vier olijven voor de voetjes.
5. Leg de eieren op de kaas als ogen en maak van de olijven pupillen.
6. Snijd de snackpaprikaatjes in reepjes en maak hier een kuifje van.






Fruitpizza

- 1 plak watermeloen
 - 200 g kwark
 - 100 g vers fruit als druiven, aardbeien, blauwe en/of rode bessen
 - 1 el honing naar smaak
 - 3 takjes munt
1. Leg de watermeloen op een schaal.
 2. Schep de kwark op de watermeloen.
 3. Verdeel het fruit over de kwark.
 4. Besprenkel met honing naar smaak en bestrooi met de muntblaadjes.

 voor 4 personen

 10 minuten

Tip


Strooi voor een krokante beet 1-2 el grofgehakte ongezouten pistachenoten erover.






Kom-uit-je-nestpap

- 200 ml Halfvolle melk
- 4 el Havermout
- 1 suiker naar smaak
- 6 plakjes banaan
- 2 Blauwe bessen
- 1 framboos
- 4 schijfjes appel

 voor 4 personen

 5 minuten

1. Breng in een steelpan de melk tegen de kook. Voeg de havermout toe en kook 1-2 min. tot een gladde pap. Voeg suiker naar smaak toe en schenk de pap in een schaalpje.
2. Leg 2 plakjes banaan als ogen in de pap en gebruik de rest als buikveren.
3. Leg de blauwe bessen op de ogen en de framboos als neus in de pap.
4. Leg de schijfjes appel als vleugels aan de zijkanten.

Tip


Voeg aan de pap een beetje kaneel of vanillesuiker naar smaak toe.






Koningsboterham

- 1 el Smeerkaas Naturel 20+
- 2 schijfjes komkommer
- 2 stuks cherrytomaatjes
- 1 schijfje Appel
- 1 el Bieslook
- 1 sneetje volkoren boterham
- 1 glas water met een smaakje

 voor 4 personen

 5 minuten

1. Besmeer de volkoren boterham met de smeerkaas 20+. Leg de schijfjes komkommer op de boterham als ogen.
2. Snijd 2 schijfjes van 1 cherrytomaatje af en leg deze op de komkommer. Leg nog een ½ cherrytomaatje in het midden als neus.
3. Leg een schijfje appel op de boterham als mond. Leg de bieslook boven op de boterham als haar.
4. Serveer met een flesje of een glas water met een smaakje en een appel.

Tip

In plaats van bieslook kun je ook reepjes gesneden komkommer gebruiken voor de haren.





Oplossingen

Heb je alle raadsels opgelost? Dan kun je op de volgende pagina's kijken of je de juiste antwoorden hebt gevonden! En niet spieken hè ;-)

Ontbijtzoeker

N	E	D	E	R	L	A	N	D	S	
O	N	T	B	I	J	T	G	A	L	V
K	O	N	I	N	G	S	D	A	G	
K	D	H	N	O	K	U	E	L	S	
L	Z	E	E	E	R	B	L	I	J	A
A	I	E	I	L	H	A	L	P	M	
S	B	A	L	L	P	C	N	E	E	
V	R	I	E	N	D	E	A	J	N	
M	E	E	D	O	E	N	N	L	E	
R	B	U	L	C	T	R	O	P	S	

Met de overgebleven letters kun je dit woord maken:

Plezier!



Oplossingen

Rebus & fruitsom

















A Iedereen plezier

B Beste vrienden





































C  x  -  = 1


















































































Fruit sudoku

A

B

C



Oplossingen

Ontbijtquiz

1. C - water
2. A - komkommer
3. C - ei
4. B - mandarijn
5. C - jam
6. B - krentenbol

Ontdekkingsocht

