

Trefwoorden: De complete voedingswijzer download gratis pdf, De complete voedingswijzerboek pdf gratis, De complete voedingswijzer lees online, De complete voedingswijzer torrent, De complete voedingswijzer epub gratis in het Nederlands, De complete voedingswijzer mobi compleet

De complete voedingswijzer PDF

D. Lemaitre



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: D. Lemaitre
ISBN-10: 9789044725360
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 1476 KB

OMSCHRIJVING

Een gevarieerde en evenwichtige voeding is van groot belang voor onze gezondheid. Niet alleen de portiegrootte, maar ook de samenstelling van wat we dagelijks eten en drinken speelt een cruciale rol bij overgewicht en andere welvaartsziekten. Deze handige voedingswijzer is het ideale hulpmiddel voor wie kilo's kwijt wil raken, voor mensen met specifieke voedingseisen en voor iedereen die gezond en bewust wil eten. In deze gids vind je:- meer dan 1100 voedingsmiddelen, logisch ingedeeld in herkenbare groepen, zoals deegwaren, melk en melkproducten, groenten, fruit of nagerechten. - de belangrijkste voedingswaarden per gemiddelde portie in één oogopslag: calorieën, water, eiwitten, koolhydraten, vetten, cholesterol- en vezelgehalte, vitaminen en mineralen. - een handig alfabetisch productregister voor een nog groter opzoekgemak

Dirk Lemaître is nutritionist en erelector aan de faculteit Voedings- en Dieetkunde van de Katholieke Hogeschool Leuven. Daarnaast is hij voorzitter van de Vlaamse Beroepsvereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

D. LEMAÎTRE - NU TE KOOP - 2010 - De belangrijkste voedingswaarden, vitaminen en mineralen van meer dan 1100 voedingsmiddelen in één oogopslag Een gevarieerde ...

Wil je koolhydraatarm gaan eten om af te vallen? In deze complete lijst vind je alle beste koolhydraatarme én gezonde voedingsproducten voor de slanke lijn.

Gezondheids- en drogisterijartikelen tot 30% voordeliger dan in de winkel.

DE COMPLETE VOEDINGSWIJZER

[Lees verder...](#)