

Gezond & Goedkoper Eten PDF

Elske Van Dijk



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



Schrijver: Elske Van Dijk
ISBN-10: 9789048415007
Taal: Nederlands
Bestands grootte: 1026 KB

OMSCHRIJVING

Gezond & Goedkoper eten is een praktische handleiding voor iedereen die wil besparen op zijn dagelijkse boodschappen, maar niet wil inleveren op z'n gezondheid. Hoofdstuk 1 en 2 staan vol tips en wetenswaardigheden over gezonde voeding en laten je zien hoe je kunt beoordelen of je gezond eet. Hoofdstuk 3 onthult wat ons eten duur maakt en hoofdstuk 4 zet alle tips uit het boek op een rijtje.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Lowbudget gezond eten, ... Goedkoop eten associeren veel mensen nog met ongezond eten. Het is helaas ook waar dat veel ongezonde producten erg goedkoop zijn.

Sterker nog: door gezonde keuzes te maken ben je vaak goedkoper uit. Gezond eten en voldoende bewegen is belangrijk. Het zorgt voor een gezond gewicht en lichaam.

Is gezond eten duur? En zo ja, hoe kun je goedkoop gezond eten? We scheiden feit van fictie en bespreken hoe je portemonnee én ichaam gezond houdt!

GEZOND & GOEDKOPER ETEN

[Lees verder...](#)