

Trefwoorden: Kijk Op Calorieën En Joules download gratis pdf, Kijk Op Calorieën En Joulesboek pdf gratis, Kijk Op Calorieën En Joules lees online, Kijk Op Calorieën En Joules torrent, Kijk Op Calorieën En Joules epub gratis in het Nederlands, Kijk Op Calorieën En Joules mobi compleet

Kijk Op Calorieën En Joules PDF

Nicoline Duinker-Joustra



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



Schrijver: Nicoline Duinker-Joustra

ISBN-10: 9789066113602

Taal: Nederlands

Bestands grootte: 4286 KB

OMSCHRIJVING

Calorieën, joules, eiwitten, koolhydraten en vetten per portie. Voor wie verder kijkt dan calorieën, is Kijk op joules en calorieën een handige uitgave. In de beknopte inleiding geeft Nicoline Duinker-Joustra de hoofdpunten van de voedingsleer weer. Hoeveel eiwitten, koolhydraten en vetten u per dag nodig hebt. Waarom deze stoffen zo belangrijk zijn. En alles over een evenwichtig dagmenu en het gewicht dat bij u past. De tabel is overzichtelijk en snel te raadplegen. Hoeveelheden worden per gebruikseenheid aangegeven: per stuk, per theelepel of per zakje. Als extra staat vermeld of er zoetstof, vitaminen, ijzer, kalk, voedingsvezel, cholesterol of vetzuren in het desbetreffende product zit. Zo weet je wat je eet. Nicoline Duinker-Joustra is diëtiste. Bekendheid kreeg ze onder meer door haar samenwerking aan het tv-programma Koffietijd. Zij stelde ook de Calorieën- en joulestabel samen waarin de calorieën en joules per product vermeld staan.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Op een etiket staan de volgende voedingsstoffen vaak genoemd: kcal (calorieën)/kj (kilojoule), eiwit, koolhydraten en vetten. Soms staat er nog wat extra informatie ...

Mijn "bijbel" op kaloriegebied = "kijk op calorieën en joules" van Nicoline Duinker-Joustra. [Inmiddels aan de 17e druk] zegt olijfolie, 1 eetlepel, 10 gram, 370 ...

Kijk op calorieën en joules Nicoline Duinker Joustra 144 blz Calorieën, joules, eiwitten, koolhydraten en vetten per portie. Voor wie verder kijkt dan...

KIJK OP CALORIEEN EN JOULES

[Lees verder...](#)