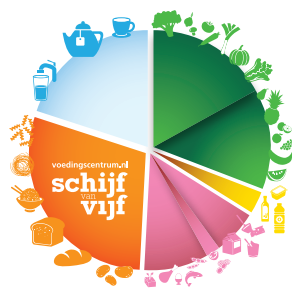


# Ik ga gezonder eten!



Mijn plan:

Als ik \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

dan neem ik \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

in plaats van \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## Op zoek naar inspiratie om gezonder te eten?

Op de website van het Voedingscentrum vind je bijna 2.000 recepten. Makkelijk te maken met vooral producten uit de Schijf van Vijf. Via filters verfijn je de zoekopdracht die passen bij jouw doel, zoals caloriearm, met weinig zout, geschikt bij verhoogd cholesterol en bij diabetes.



[www.voedingscentrum.nl/recepten](http://www.voedingscentrum.nl/recepten)