

# Ik ga gezonder eten!

Mijn plan:

Als ik

---

---

---

---

---

dan neem ik

---

---

---

---

---

in plaats van

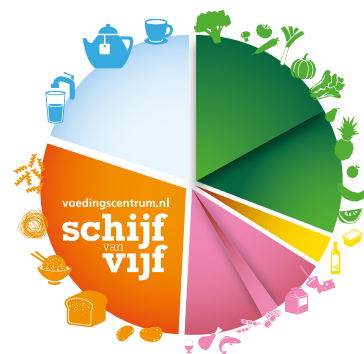
---

---

---

---

---



## Op zoek naar inspiratie om gezonder te eten?

Op onze website vind je meer dan 2.000 recepten. Verfijn de zoekopdracht die past bij jouw doel zoals caloriearm, met weinig zout of geschikt bij diabetes. Kijk op [www.voedingscentrum.nl/recepten](http://www.voedingscentrum.nl/recepten)

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

eerlijk over eten

**Voedingscentrum**