

Spis seks om dagen PDF

Nicola Graimes



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Nicola Graimes
ISBN-10: 9788772307749
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 4270 KB

BESKRIVELSE

Seks stykker frugt og grønt om dagen - hver dag. Hvordan får man børnene til at bide på den? Denne sjove og lærerige bog leder vejen. Mere end 50 forskellige frugt og grøntsager præsenteres i mere end 80 forskellige børnevenlige opskrifter. Sidst i bogen er en morsom månedskalender, så børnene selv kan følge med i, hvor meget sundt de får hver dag. Bogen har været en enorm succes i blandt andet NORGE.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

- Hvis få måltider om dagen får dig til at overspise, så spis nogle mindre måltider lidt oftere hen over dagen. Hvis du gerne vil tage på, ...

Forfatter: Nicola Graimes, Titel: Spis seks om dagen, Pris: 177,95 kr., Kategori: Bøger, Format: Paperback

Spis tomater dagligt. ... Tomater gør det lettere at nå seks om dagen. Det kan være svært at nå de 600 gram grønt og frugt dagligt, der anbefales.

SPIS SEKS OMDAGEN

[Læs mere ...](#)