

Tags: Il piatto veg. La nuova dieta vegetariana degli italiani libro pdf download, Il piatto veg. La nuova dieta vegetariana degli italiani scaricare gratis, Il piatto veg. La nuova dieta vegetariana degli italiani epub italiano, Il piatto veg. La nuova dieta vegetariana degli italiani torrent, Il piatto veg. La nuova dieta vegetariana degli italiani leggere online gratis PDF

Il piatto veg. La nuova dieta vegetariana degli italiani PDF

Luciana Baroni



Questo è solo un estratto dal libro di Il piatto veg. La nuova dieta vegetariana degli italiani. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Luciana Baroni
ISBN-10: 9788871068435
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4748 KB

DESCRIZIONE

Nei Paesi industrializzati il numero di vegetariani è in costante crescita: secondo i dati del rapporto Eurispes 2015, il 6% degli italiani è vegetariano e l'1,1% è vegano, vale a dire alcuni milioni di persone interessate a un'alimentazione priva di carnee circa 700mila escludono derivati animali. Nonostante una crescente sensibilità sulla salute pubblica, ancora molti nutrizionisti e medici non sono preparati. A partire dall'esperienza maturata fin dal 2008 con il libro "VegPyramid", l'autrice ha aggiornato studi e ricerche in base alla revisione emanata dalla Società Italiana di Nutrizione Umana (Sinu) e dei Larn (Livelli di Assunzione di Riferimento per i Nutrienti e l'energia). Il volume affronta il concetto di adeguatezza nutrizionale di una dieta a base vegetale e la stretta connessione tra alimentazione e salute. Presenta i diversi cibi e gruppi alimentari e le informazioni pratiche utili per una dieta ottimale a base vegetale. Con vari esempi di menu settimanali in base al proprio fabbisogno calorico. Online è disponibile una sezione di informazioni integrative che permettono un approfondimento sempre aggiornato.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Compra Il piatto veg. La nuova dieta vegetariana degli italiani. SPEDIZIONE GRATUITA su ordin idonei

9788871068435 Nei Paesi industrializzati il numero di vegetariani è in costante crescita: secondo i dati del rapporto Eurispes 2015, , prezzo 15.30 euro Disponibile ...

Le Edizioni Sonda presentano il Piatto Veg, evoluzione ricca di aggiornamenti e nuove informazioni di uno dei grandi classici sull'alimentazione vegetariana,la ...

IL PIATTO VEG. LA NUOVA DIETA VEGETARIANA DEGLI ITALIANI

[Leggi di più ...](#)