



➔ OPDRACHT - WAT JE EET

Beantwoord de volgende vragen:

1. Waarom eet je? Noem drie redenen.

1. Je eet omdat
2. Je eet omdat
3. Je eet omdat

2. Wat zijn voedingsmiddelen?

Voedingsmiddelen zijn.....

3. Noem drie verschillende voedingsmiddelen die je vandaag gegeten of gedronken hebt.

4. Wat zijn voedingsstoffen?

Voedingsstoffen zijn.....

5. Schrijf de zes groepen voedingsstoffen op.

1.
2.
3.
4.
5.
6.

6. In welke voedingsmiddelen zitten veel voedingsvezels?

Er zitten veel voedingsvezels in

7. Noem drie voedingsmiddelen die je vandaag of gisteren hebt gegeten waar veel voedingsvezels in zitten.

1.
2.
3.