

Lepsze wybory żywieniowe

część 1

× SŁABY WYBÓR

☝ LEPSZY WYBÓR

✓ NAJLEPSZY WYBÓR



Słodkie płatki śniadaniowe



Płatki kukurydziane



Płatki owsiane z owocami



Przemysłowe pieczywo pszenne



Przemysłowe pieczywo na zakwasie



Chleb na zakwasie wypiekany w domu



Chipsy z oleju



Chipsy z pieca



Chipsy z owoców lub warzyw



Słodycze przemysłowe



Suszone owoce



Świeże owoce



W 3 dni nauczę cię
więcej na temat
odżywiania i zdrowia
niż przeciętna osoba
uczy się w miesiąc we
własnym zakresie.

**Zastanawiasz się
dlaczego jestem
tego taki pewien?**



K L I K N I J

i dowiedz się więcej