



P A C E A

Voeding

Sla je weleens maaltijden over?

Zo ja, waarom?

Eet je op onregelmatige tijden?

Zo ja, waarom?

Drink je te weinig water (minder dan 2 liter per dag)?

Zit er ve-tsin of MNG (mononatriumglutamaat) in je voeding?

Wat is voor jou een gemiddeld ontbijt, inclusief drinken?

Wat is voor jou een gemiddelde lunch, inclusief drinken?

Wat is voor jou een gemiddeld diner, inclusief drinken?