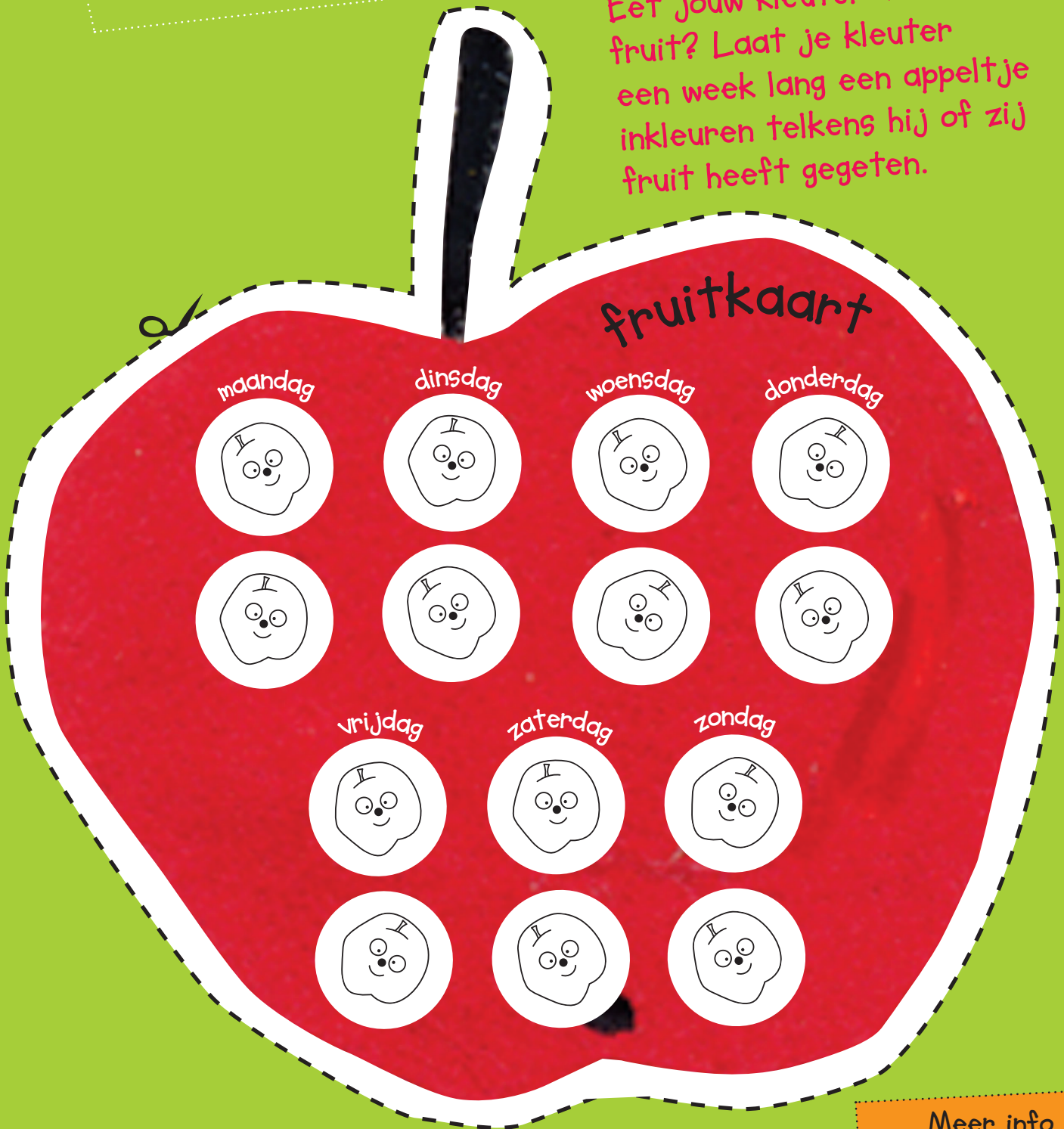


DE FRUITKAART: Elke dag een flinke portie groenten en fruit, dat is een must voor iedereen, ook voor kleuters. Die lekkernijen in allerlei vormen en kleuren zitten boordevol vitaminen en mineralen. Een kleuter heeft dagelijks 100 tot 150 g groenten nodig en 1 tot 2 stukken fruit.

Eet jouw kleuter voldoende fruit? Laat je kleuter een week lang een appeltje inkleuren telkens hij of zij fruit heeft gegeten.



Meer info
in het boekje
"123 aan tafel"



CAMPAGNE GEFINANCIERD MET STEUN
VAN DE EUROPESE GEMEENSCHAP

wat je als kleuter eet, heb je voor je leven beet

www.nice-info.be