

corina

**Boeken
in de serie
Gezond eten:**



HB: 978-90-5566-722-2
EB: 978-94-6175-900-9



HB: 978-90-5566-810-6
EB: 978-94-6175-896-5



HB: 978-90-5566-723-9
EB: 978-94-6175-899-6



HB: 978-90-5566-809-0
EB: 978-94-6175-897-2



HB: 978-90-5566-808-3
EB: 978-94-6175-898-9

Over de auteur:

Nancy Dickmann werkt ruim dan vijftien jaar voor een kinderboekenuitgeverij. Ze heeft meer dan 30 informatieve kinderboeken geschreven. Ze heeft een brede kennis van allerlei onderwerpen en een onverzagbare nieuwsgierigheid.

Geraadpleegde specialisten:

Dr. Sarah Schenker is een gediplomeerd diëtiste. Zij heeft aan verschillende overheidscampagnes haar bedrage als specialist geleverd. Daarnaast heeft zij een 'consulty' praktijk.
Nancy E. Harris is gespecialiseerd in het geven van demonstraties en voorlichting aan kinderen in de klas.

Inhoud

Wat is graan?	4
Wat maak je met graan?	8
Wat doet graan voor ons?	14
Gezond eten	18
Blijf gezond.	20
Zoek het graan	22
Woordenlijst	23
Register	24
Informatie voor ouders en leerkrachten . . .	24
Meer weten	25

Vetgedrukte woorden worden uitgelegd in de woordenlijst op pagina 23.

Wat is graan?



zaad

Graan is het **zaad** van gras. Van gras dat je kunt eten.



Als je graan eet, krijgt je lijf kracht.



Ook je **hart** blijft gezond.

Gezond eten



Eet elke dag graan. Dan blijf je gezond.

granen en zaden



Hier zie je hoe je gezond eet. Kies elke dag iets uit elke vak.



Als je genoeg graan eet, blijf je gezond.



Wat doe jij het liefst in je melk?