**OPDRACHT C**

**DE EETMETER of WAT IK OP EEN DAG HEB GEGETEN**

**ETEN EN DRINKEN OP EEN DAG:**

Ontbijt

Tussendoor

Lunch

Tussendoor

Avondeten

Avond

**De eetmeter en wat ik met de uitslag ga doen:**

Hier het advies dat ik kreeg van de Eetmeter:

Punten die positief zijn:

Wat zou beter kunnen?

Hoe kan ik die verbeterpunten in mijn dagelijkse eten veranderen?