# Lesopdracht GZK-AF1 Les 1 Voedingsstoffen

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Voedingsstof** | **In welk voedingsmiddel?** | **Functie van de voedingsstof** |
| **Vetten** |  |  |
| **Koolhydraten** |  |  |
| **Eiwitten** |  |  |
| **Mineralen**  **Water** |  |  |
| **Vitaminen**  (doe dit per vitamine die in het boek staat: vit A, B, C, D en K) |  |  |
| **Voedingsvezels** |  |  |