



Voedingsmiddelen in Fase 2?

In onderstaand overzicht zie je de voedingsmiddelen die je geleidelijk weer mag toevoegen tijdens de continu gewichtsverlies fase.

Amandelen

Andijvie

Radijs

Tomaat

Aardbeien

Frambozen

Hazelnoten

Champignons

Spinazie

Selderij

Bosbessen

Bloemkool

Overige groente:

Asperges

Stok-wasbonen

Kool

Koolrabi

Ui

Courgette

Rapen

Pompoen

Avocado

Zuurkool

Peulen

Aubergine

Boerenkool

Snijbiet

Sjalotjes

Rabarber

Prei

Okra

Taugé

Bamboescheuten

Broccoli

Spruitjes