comment-bien-manger

Livre

Auteur(s) : Knighton, Kate (Auteur) ;Larkum, Adam (Illustrateur) ;Lefebvre, Claire (1957-...) (Traducteur)
Titre(s) : Comment bien manger ? : non à la malbouffe ! / Kate Knighton ; traduit de l'anglais par Claire Lefebvre ; illustrations de Adam Lakrum.
Editeur(s) : Londres : Usborne, 2009.
Autres : 48 p. . illustrations en couleur . 15 x 23 cm
Résumé : Ce guide décrit les conséquences d'une alimentation exclusivement industrielle, qui contient de nombreux produits transformés. Avec des idées de recettes saines, des conseils sportifs, le détail de ce qu'il faut manger et à quel moment, des explications pour la lecture des étiquettes et les modes de culture, les rations journalières, les problèmes de surpoids et les troubles alimentaires.
Notes : Glossaire. Sites web. - Bons lecteurs (à partir de 9 ans).
Sujet(s) : Alimentation : Ouvrages pour la jeunesse

Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Le salon	Vie pratique	641 KNI	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux