

# Appel-kaneel uit de magnetron



1 appel in stukjes



In de magnetron: 30 sec.



Strooi er kaneel over





De kracht van samen Gezond

Rianne  
Marlies  
Angelique  
Sanne  
Henny  
Lenneke  
Wicher  
Roelof  
Marianne

 Voor meer informatie over gezonde leefstijl:

NOVO: Rianne Steenbergen, [R.Steenbergen@novo.nl](mailto:R.Steenbergen@novo.nl)

Promens Care: Angelique Smid, [A.Smid@Promens-Care.nl](mailto:A.Smid@Promens-Care.nl)

 Appel-kaneel uit de magnetron bevat producten uit de schijf van vijf



 Eén schaaltje (1 appel) bevat 60 kcal, dit is: 😊😊

(😊 = 25 kcal)