



## HORIZONTAAL

## VERTICAAL

- 1 Zo noemen we de bruikbare bestanddelen van voedingsmiddelen.
- 6 Chips, bitterballen en patat bevatten veel van deze voedingsstoffen.
- 9 Deze voedingsstoffen leveren energie.
- 10 Van deze voedingsstoffen heb je dagelijks maar kleine hoeveelheden nodig. Ze dienen vooral als bouwstoffen, maar ook wel als beschermende stoffen.
- 11 Hoeveel groepen voedingsstoffen zijn er?
- 13 Deze voedingsstoffen dienen als bouwstoffen, maar vooral ook als beschermende stoffen.
- 15 Je lichaam bestaat voor ongeveer zestig tot zeventig procent uit deze stof.
- 16 Zo noemen we de onverteerbare delen uit plantaardig voedsel.
- 17 Glucose en zetmeel behoren tot deze groep voedingsstoffen.
- 1 Zo noemen we de producten die we eten of drinken.
- 2 Dierlijke voedingsmiddelen zoals vlees en vis bevatten grote hoeveelheden van deze voedingsstoffen.
- 3 Eiwitten worden bij de vorming van cytoplasma als ..... gebruikt.
- 4 Deze voedingsstoffen worden ook wel mineralen genoemd.
- 5 Vetten die onderhuids zijn opgeslagen worden als ..... gebruikt.
- 7 Voedsel dat van planten is gemaakt noemen we ..... voedsel.
- 8 Voedsel dat van (producten van) dieren is gemaakt noemen we ..... voedsel.
- 12 Deze stof heb je nodig voor de opbouw van beenderen.
- 14 Dit heeft je lijf nodig voor groei, ontwikkeling en herstel, handhaven van lichaamstemperatuur en beweging.