VLAAMS INSTITUUT
GEZOND LEVEN

© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN, 2021

DE NUTRI-SCORE

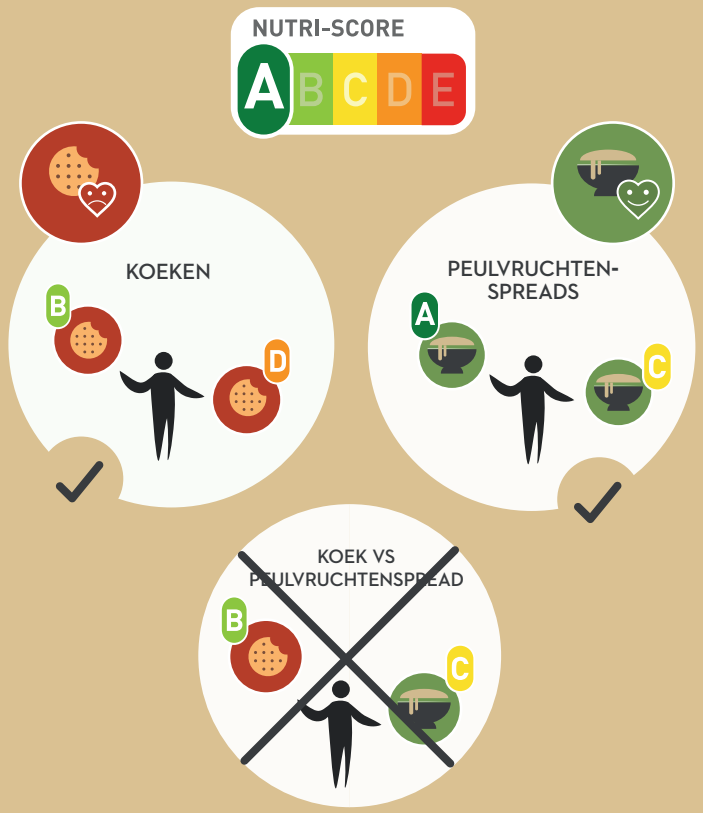
HOE GEBRUIK JE DE NUTRI-SCORE?

gezondleven.be

Vlaanderen
is zorg

STAP 1
KIJK IN DE VOEDINGS-DRIEHOEK
WAAR STAAT MIJN PRODUCT?

STAP 2
VERGELIJK
DEZELFDE SOORT PRODUCTEN MET DE NUTRI-SCORE



STAP 3
SMAKELIJK!
LEKKER ÉN GEZOND GENIETEN

NUTRI-SCORE
A B C D E

GEBRUIK DE NUTRI-SCORE OM PRODUCTEN UIT EENZELFDE CATEGORIE TE VERGELIJKEN EN VOORAL VOOR HET VERGELIJKEN VAN:

BEWERKTE PRODUCTEN MET TOEVOEGING VAN SUIKER, ZOUT, VET
BV. SNACKS, KOEKJES, DRANKEN, ONTBIJTGRANEN, BROODBELEG ...;

SAMENGESTELDE PRODUCTEN
ZOALS KANT-EN-KLARE MAALTIJDEN

VLAAMS INSTITUUT
GEZOND LEVEN

© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN, 2021

DE NUTRI-SCORE

AFWEGING CRITERIA BEPAALT NUTRI-SCORE

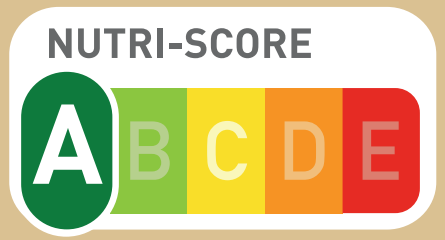
gezondleven.be

Vlaanderen
is zorg

EIWIT
VEZELS
FRUIT
GROENTEN
NOTEN

CALORIE/ENERGIE
SUIKERS
VERZADIGD VET
NATRIUM

GUNSTIGE VOEDINGSWAARDE (TE VERKIEZEN)



ONGUNSTIGE VOEDINGSWAARDE (TE VERMIJDEN)