

Slim boodschappen doen

Geef minder uit aan eten zonder slechter te eten: maaltijden plannen, met een lijstje winkelen, prijzen vergelijken, minder weggooien en goedkope, lekkere basisgerechten koken.

E-BOOK · A4

- Stap voor stap minder uitgeven
- Slim in de winkel en prijzen vergelijken
- Werkbladen: prijzenboekje, voorraad, lijstjes

Slim boodschappen doen

Geef minder uit aan eten zonder slechter te eten: maaltijden plannen, met een lijstje winkelen, prijzen vergelijken, minder weggooien en goedkope, lekkere basisgerechten koken.

© 2026 Digital Store XXL. Alle rechten voorbehouden. Dit e-book is alleen voor eigen gebruik. Delen, doorverkopen of verspreiden, geheel of gedeeltelijk, is niet toegestaan.

Dit e-book bevat algemene tips om te besparen op boodschappen. Volg altijd de bewaaradviezen en houdbaarheidsdatums op verpakkingen, en kijk voor actuele adviezen bij het Voedingscentrum. Prijzen en acties verschillen per winkel.

Inhoud

Voordat je begint	4
1. Wat geef je nu uit?	5
2. Plan je maaltijden	6
3. Het perfecte boodschappenlijstje	7
4. Slim in de winkel	8
5. Prijzen vergelijken	10
6. Seizoen, diepvries en grootverpakking	11
7. Minder weggooien	12
8. Goedkope, lekkere basisgerechten	14
9. Kinderen en online boodschappen	15
Werkbladen	16
Tot slot	21