



Priporočilni seznam bralnega kluba
Na vrhu stopnic na temo
zdrava prehrana

613.2 KARO M. Danes imam nočno, kaj naj jem?

613.2 LUSTIG R. H. Mastna laž: grenka resnica o sladkorju

613.2 PERLMUTTER D. Požgani možgani: presenetljiva resnica o žitaricah, ogljikovih hidratih in sladkorju – tihih ubijalcih vaših možganov

613.2 PREHRANA za zdravo življenje: uravnavajmo telesno težo, okrepimo srce in živimo dlje

613.2 RIOS C. Uživaj pravo hrano: vodnik, ki vam bo pomagal spremeniti prehrano in zdravje

613.2 SPECTOR T. D. Resnica na pladnju: miti in laži o prehrani

613.2 TULLEKEN C. van . Ultrapredelani ljudje: zakaj jemo stvari, ki niso hrana, in zakaj ne moremo nehati?

613.2 (bolezni) HRANA zdravi: vse od prehlada do raka