

11 Μαρτίου 2021

# Δια...τροφής ο λόγος: Το μενού της εβδομάδας

/ Podcast / [Δια...τροφής ο λόγος](#)

[Μαργιάννα Μανώλη, Διαιτολόγος - Διατροφολόγος](#)



?? ????? ????? ????? «??..????, ? ???! ? ????? ?? ?????????» ????? ?? ????????? ?????  
???????? ?? ?? ????????????? ?? ?? ?? ?? ????? ?? ????????????? ????? ?? ????????? ?? ?? ????? ??,  
???? ?? ????????? ?? ????? ?? ????????????? ????????????? ????????? ??????????. ?? ????? ????? ? ????? ?? ??  
????; ?? ????? ?? ????????????? ?? ????? ????????????? ????? ?????????; ?? ?? ????????? ?? ?? ????? ?????  
? ????????? ????? ????? ????? ????????? ?????;

Και μην ξεχνάτε τη συμβουλή και τη συνταγή ή το τρόφιμο της ημέρας.

%video%

Για περισσότερες πληροφορίες, όπως επίσης και για να μοιραστούμε ιδέες σχετικές με το φαγητό, ή ακόμη και για να συζητήσουμε τις δικές σας απορίες ή τις δικές σας ανησυχίες σχετικά με τη διατροφή, βρείτε με,

στο **Instagram**: [dia.trofis.ologos](#)

και στο **Facebook**: Μαργιάννα Μανώλη Διαιτολόγος Διατροφολόγος.

**«Να θυμάστε να απολαμβάνετε τις στιγμές σας. Και να μην ξεχνάτε πως εμείς ορίζουμε το φαγητό μας και όχι το φαγητό μας εμάς».**

**[Πώς ακούω remptousia.fm; Πώς χρησιμοποιώ το podcast σε κινητές συσκευές; - Οδηγίες χρήσης](#)**

**<https://bit.ly/38ocGLd>**