

28 Απριλίου 2021

## Δια...τροφής ο λόγος: Πασχαλινά γλυκά

/ Podcast / [Δια...τροφής ο λόγος](#)

[Μαργιάννα Μανώλη, Διαιτολόγος - Διατροφολόγος](#)



Σε αυτήν την εκπομπή «Δια..τροφής, ο λόγος! Ο τρόπος του «τρέφεισθαι» συζητάμε μαζί για τα γλυκά του Πάσχα και μοιραζόμαστε μικρές διατροφικές συμβουλές για το πασχαλινό τραπέζι. Ποια η θρεπτική αξία των πιο γνωστών πασχαλινών γλυκών; Πως μπορώ να αποφύγω τις δυσάρεστες γαστρικές ενοχλήσεις εκείνης της ημέρας; Και τι θα πρέπει να κάνουμε την επόμενη ημέρα;

%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/3vpJJYh>**