

# December

Spis 600 gram frugt og grønt om dagen  
- lad mindst halvdelen være grøntsager



**Savoykål**



**Pastinak**



**Rødkål**



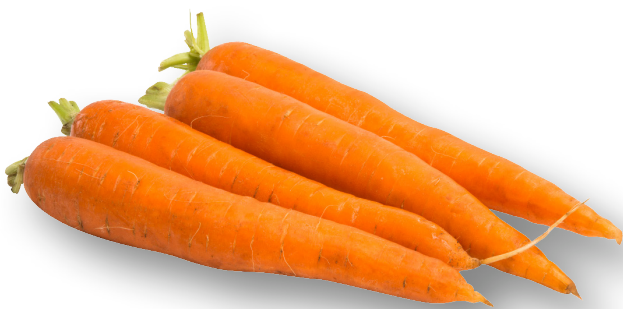
**Rosenkål**



**Æble**



**Rødbede**



**Gulerod**



**Glaskål**



**Pære**

