

December

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



Savoykål



Pastinak



Rødkål



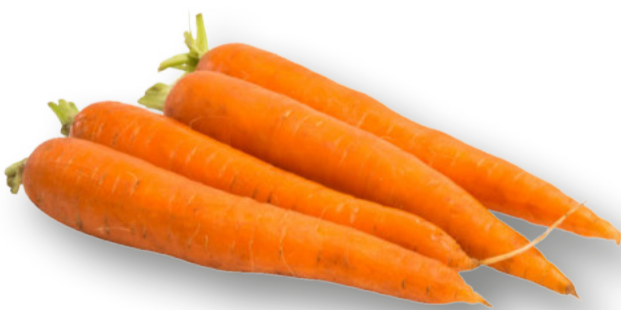
Rosenkål



Æble



Rødbede



Gulerod



Glaskål



Pære

