

SATTUMAT

LIHAVALMISTEET,
PUNAINEN LIHA,
KANANMUNA

KALA,
SIIPIKARJA

KASVIÖLJYT JA
MARGARIINIT,
PÄHKINÄT,
SIEMENET

VÄHÄRASVAISET
MAITVALMISTEET

TÄYSJYVÄVILJA-
LISÄKKEET
JA PERUNA

LEIPÄ,
PUURO,
MYSLI

KASVIKSET

MARKAT JA HEDELMÄT

