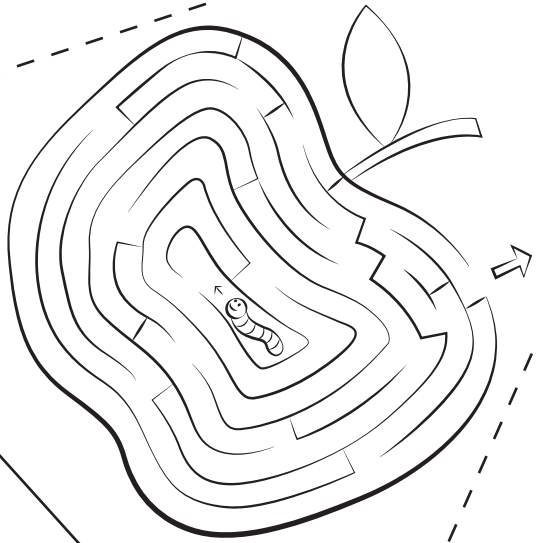
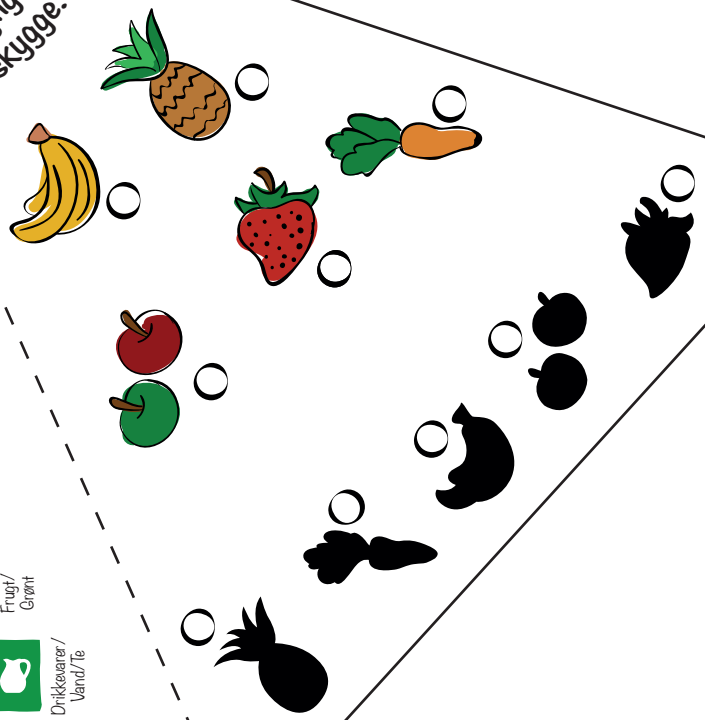
Kæbestrimler



Madpyramide

En sund kost består af en kombination af de første 4 rækker. Du bør ikke spise ting fra de øverste 3 rækker hver dag eller i større mængder. Sådan holder du din krop sund!

Find den rigtige skygge.