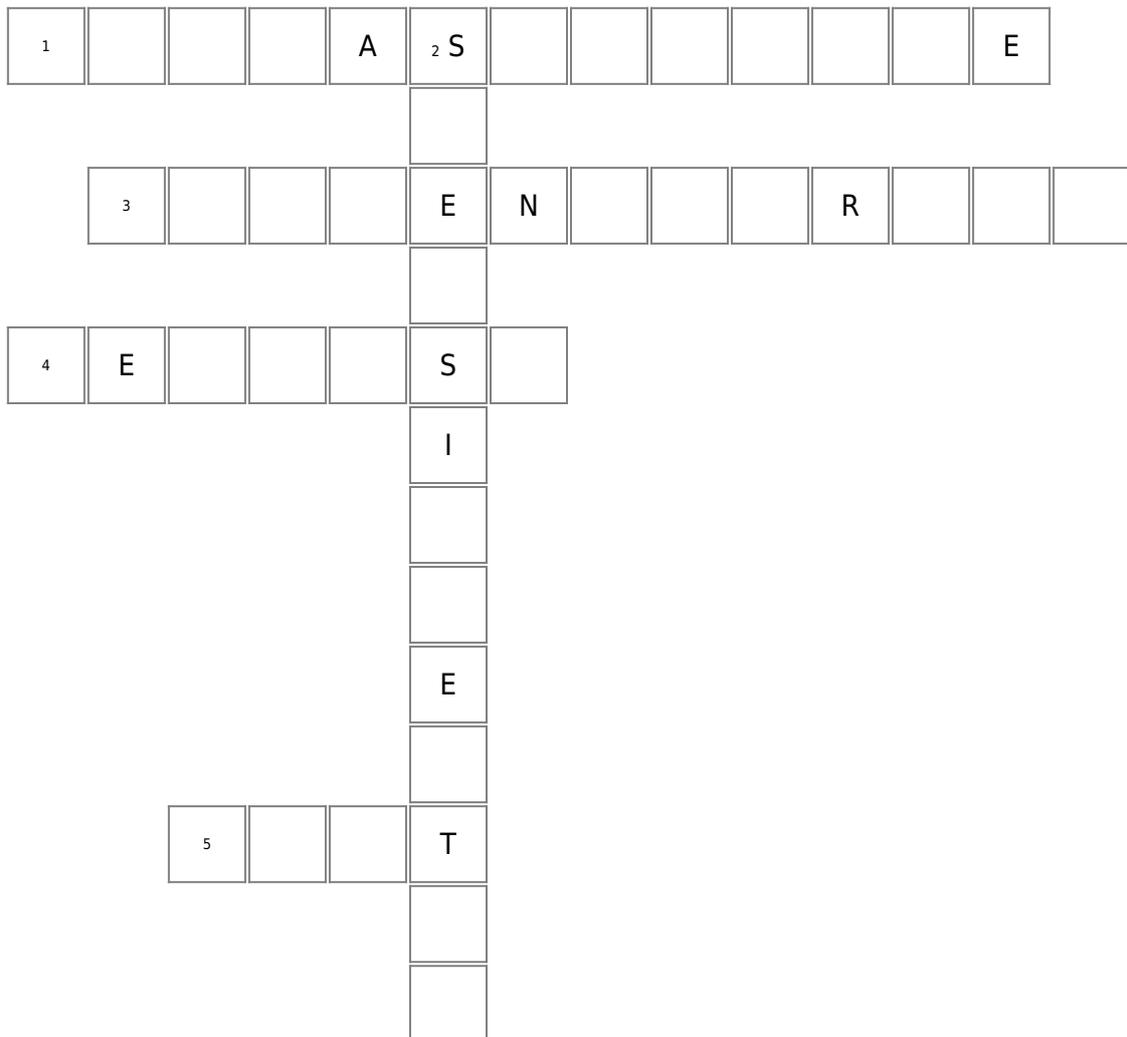


Kohlenhydrate

Fabiane Briere



Horizontal →

1: Sie sind unverdauliche Nahrungsbestandteile und haben Cholesterinsenkender Effekt

3: Sind der Hauptenergielieferant fuer den Organismus

4: Mindestens 3 Portionen xxx am Tag genießen

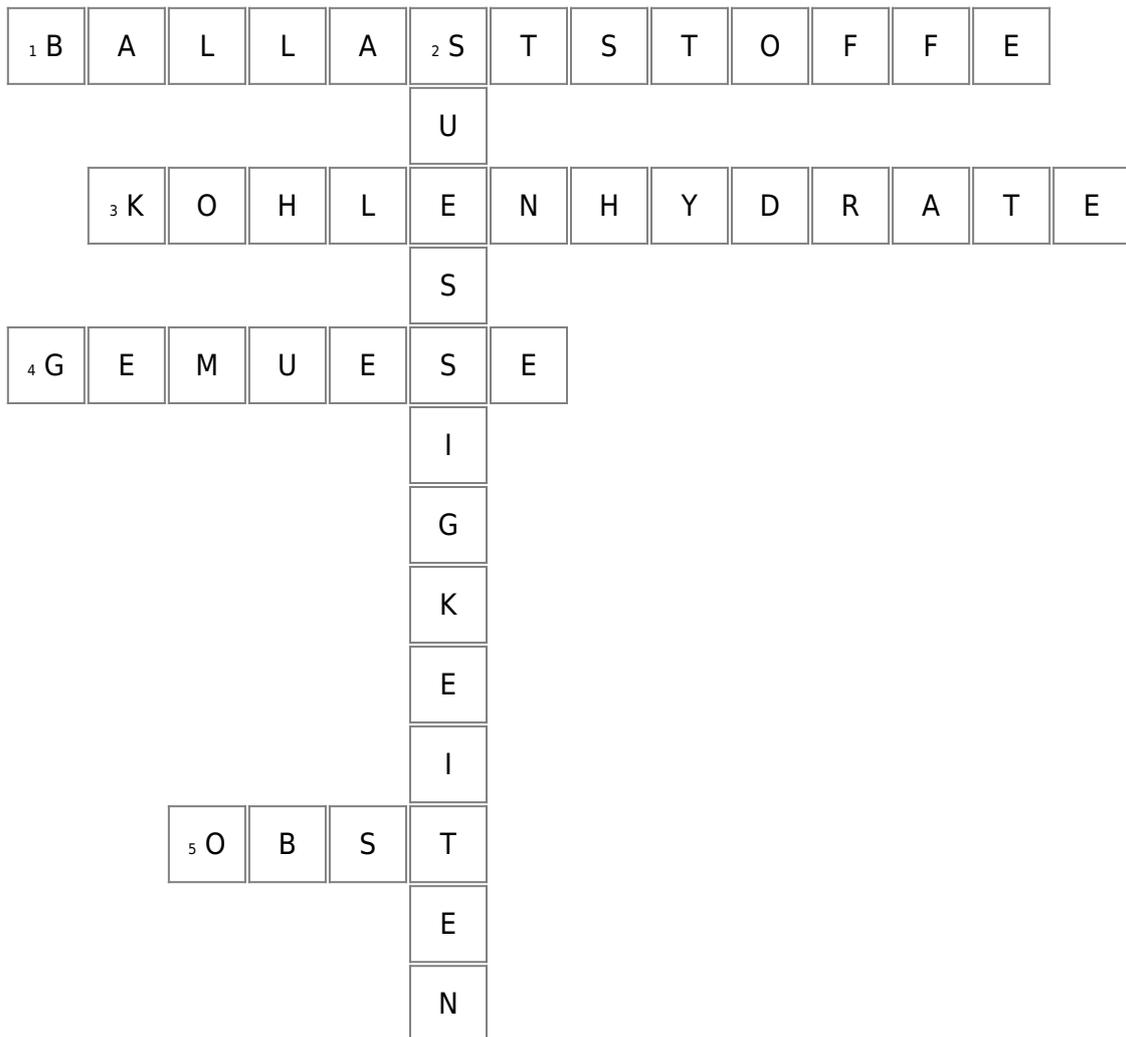
5: Mindestens 2 Portionen xxx am Tag genießen

Vertikal ↓

2: Diese Lebensmittel lassen Blutzucker stark ansteigen

Kohlenhydrate | LÖSUNG

Fabiane Briere



Horizontal →

1: Sie sind unverdauliche Nahrungsbestandteile und haben Cholesterinsenkender Effekt

3: Sind der Hauptenergielieferant fuer den Organismus

4: Mindestens 3 Portionen xxx am Tag genießen

5: Mindestens 2 Portionen xxx am Tag genießen

Vertikal ↓

2: Diese Lebensmittel lassen Blutzucker stark ansteigen