

# November

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



Løg



Knoldselleri



Broccoli



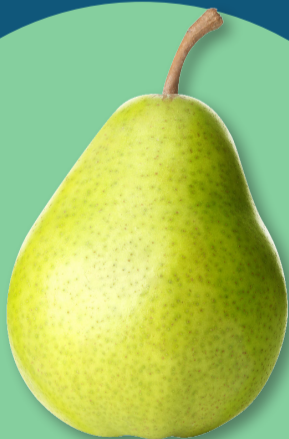
Jordskok



Blomkål



Rødkål



Pære



Bladselleri



Æble

