



Chokoladesmåkage-
Hurtig kulhydrater



Friturestegt rejer-
Langsomme kulhydrater



Oksekødsburger-
Langsomme kulhydrater



Harvegrød-
Langsomme kulhydrater



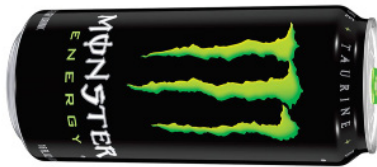
Smørrebrød med fiskefilet
og rugbrød -Langsomme kulhydrater



Slik-
Hurtig kulhydrater



Sodavand-
Hurtig kulhydrater



Energidrik-
Hurtig kulhydrater



Pizza-
Langsomme kulhydrater



Hotdog -Langsomme kulhydrater



Laks med grønt -Protein



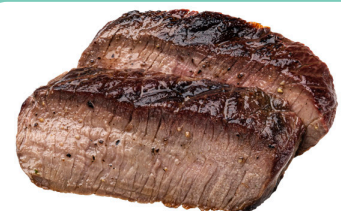
Stegt bacon-
Langsomme kulhydrater



Mælk-
Langsomme kulhydrater



Babymos - Hurtig kulhydrater



Stegt Oksekød -Protein



Pasta med tomat-
Hurtig kulhydrater



Salat
Langsomme kulhydrater



Banan
Hurtig kulhydrater



Nødder
Langsomme kulhydrater



Hummus- Langsomme kulhydrater



Gulerødder
Langsomme kulhydrater



Vand



Avocado -Langsomme kulhydrater



Kylling -Protein



Øko æg
Langsomme kulhydrater



Kartofler - Langsomme kulhydrater



Broccoli
Langsomme kulhydrater