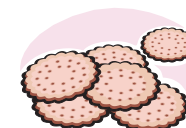


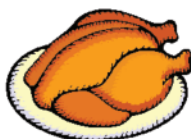
# Потсетник за тоа што треба да содржи кутијата со ручек

Дали има јадење од секоја од овие групи во вашата кутија со ручек?

Леб,  
цереалии  
(храна од житно  
потекло) и  
житарици



Посно месо и  
неговите замени



Овошје



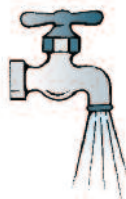
Зеленчук



Млечни производи  
со намалени  
маснотии



Вода



Служба за промовирање  
на здраво живеење