

tervislik toitumine

G O U H F U N G I Q J M K N B M U N A X T D O M R A X U C P
 D I Y W L V E C C P I I M B K L V V X Z J X O P L F Q Y B K
 E N E R G I A T N I A I P J Z Q A E N P V L F Z E W U U B C
 L U Y P R I E A I O H A C D J X M P Z C W S S X G Y Z O Y B
 C A Q I G R G U J G R B A U X G S K X Y L K M A E V A U N R
 H W B Q O O I Z M A C A L M Z T U G K P V Q O J E K P V J U
 H R T O I D U K O G U S A R E X B D Q J A O Q E R G Q T P A
 S U Y V J S H F W U Z A K N M A J T R X K K Y F U R V M B C
 U K Q B L I H A F V Y R I F Q V V J L A X X N I K B M I Z R
 D H F I U Q D P I S Y M Y X N U E V R B C N M D I A C W J Q
 A U V W J N Y V R O U T A I M E T O I T L A N E R V C N P S
 J S X I T Q M Q D T M W N M S Y J E E D O H I G D M P Y O E
 A L A K T O O S I T A L U M A T U S O I L X O Z L J P O D M
 V V L B Q V X O S E E M N E D X F S M J I R T T A S T S I T
 A P W I H W T C X W X X E D O T B J S N P O X A T K B W I Q
 I D X A Z X D G Q G I F N E D U M O Y S E Z L B A Z B P M W
 G S E C E D C I I A Z Q Y A R O Q D I Y X A L L M T K D A R
 R A T E R A V I L J A D V R S M E M D J A R I J X F U E R E
 E I D X O J R M Y F Q M U M U N U A A K L S T Q W W L N Ü C
 N G Q K Y R Y F P F D E U A I T T A A G C K M E Q P S I P Z
 E R Y O S A W B V E H E C A I E B S P B N J D U N H W A U N
 G E K P G M F R I G A I T O Y K A V H F L Q N X F U G R D Y
 I N K A R T U L A D A I T A A T D K T K D K D I H M I O I S
 E E K Y J K A Z J J O T G C M Y N D I A B E E T K M B O O I
 D U G A H D M Z N T I Z B I H X I Z V M O U L L H N Z T T Y
 G D G U J L J P I I M A T O O T E D N F A P Q R L R U O G D
 D I S U H Z S O O L R L C X Z S P R G B N Y L V V I D R A K
 Z O H W Q A P R N H Q G U M A J O W D B N J R M B H O V W J
 P T K S Y C O F O T W V G T E X S V V B G F D G F M P K A H
 U M Z I P V O D Y P W O P Q K A G Q Y V Z P M P A Q N M Z C

toitumine
 laktoositalumatus
 energiavajadus
 piim
 seemned
 sool

toitained
 diabeet
 tasakaal
 piimatooted
 marjad
 toidukogus

toiduenergia
 toorained
 taldrikureegel
 kala
 kartul

energia
 laktoos
 toitumisprogramm
 liha
 muna

taimetoitlane
 toidupüramiid
 teraviljad
 suhkur
 suhkur