

Børn 3-6 år, som vil tabe sig i vægt

I løbet af ugen må du højst spise 3 portioner, f.eks.:

- 8 g. popcorn
- 20 g. blandet slik
- 20 g. kage

Popcorn 8 g.



Saftevand/sodavand
2,5 dl



Is 45 g.



Chokolade
10 g.



Blandet slik
20 g.



Kage 20 g.

