

білок	креветки	мідії
вуглеводи	кальмар	спільний
лікувати	лосось	eat їсти в ресторані
прокидатися	ягня	cut on зменшити споживання
зброя	свинина	cut виключити з раціону
настрій	aubergine, баклажан	виноград
жорстокий	courgette, кабачок	-made food напівфабрикати
шпинат	буряк	on захоплюватися
ефективно	капуста	сирий
жорстокість	диня	варений
консервований	персик	
алергія на	малина	