## Zelenina

* mrkva
* cibuľa
* cesnak
* ľadový šalát
* kapusta

Mliečne výrobky

1. mlieko
2. maslo
3. jogurty
4. smotana
5. tvaroh

Koreniny

1. sladká paprika

2. bobkový list

3. rasca mletá

4. škorica mletá

Ovocie

- jablká

- banány

- hrušky

- slivky