
 Suomalaisten
ravitsemussuositus
en mukainen

 Ilmatoruoka

Muutokset mahdollisia

VL=vähälaktoosinen, L=Laktoositon, M=Maidoton, G=Gluteeniton, Veg=vegaaniruoka

L - Laktoositon, G - Gluteeniton, VEG - Vegaani, M - Maidoton