


# 10 g kulhydrat

	<u>Clementin</u> 1 stk	<u>Derover er der ligeledes 10 g kulhydrat i disse.</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Labre larver = 6 stk</u></li><li>• <u>Vingummibamber = 5 stk</u></li><li>• <u>BigMac = 1 kvart / 1/4</u></li><li>• <u>Fransk hotdog = 1 kvart / 1/4</u></li><li>• <u>Ga-Jol shot = 2 stk</u></li><li>• <u>Piskefløde = 3,5 dl</u></li><li>• <u>Mandler = 200 g ... ca</u></li><li>• <u>Æg = 10 stk</u></li><li>• <u>Digestive kiks = 1 stk</u></li><li>• <u>Flæskesvær = ubegrænset</u></li><li>• <u>Rødvin = 1 flaske ...ca</u></li><li>• <u>Toastbrød 3/4 skive ( under 1 stk)</u></li><li>• <u>Sushi Maki = 1,5 stk</u></li><li>• <u>Agurk = 1,25 stk</u></li><li>• <u>Ostehaps = 43 stk</u></li><li>• ÷</li><li>• ÷</li><li>• ÷</li><li>• ÷</li><li>• ÷</li></ul>
	<u>Hotwings</u> fra Mac Donald 9 stk	
	<u>Æble</u> 1 stk	
	<u>Avokado</u> 1 lille stk (anhængig af størrelse og dyrkning)	
	<u>Appelsin</u> 2/3 del af en hel	
	<u>Cherry Blommetomat</u> 48 stk	
	<u>Bacon</u> 285 stk	