VALI ENDALE VÄLJAKUTSE!

TAIMSE TOITUMISE VÄLJAKUTSE

EESMÄRK 30 JA ENAM TAIMSE PÄRITOLUGA TOODET NÄDALAS

KÖÖGIVILJAD

- ☐ ARTIŠOKK
- ☐ SPARGEL
- ☐ BAKLAŽAAN
- ☐ PEET
- ☐ SPARGELKAPSAS
- ☐ BRÜSSELI KAPSAS
- ☐ KAPSAS
- ☐ PORGAND
- ☐ SELLER
- ☐ KURK
- ☐ SUVIKÕRVITS
- ☐ APTEEGITILL
- ☐ ROHELISED AEDOAD
- ☐ SEENED
- ☐ PASTINAAK
- ☐ SIBUL
- ☐ KÕRVITS
- ☐ SPINAT
- ☐ BAKLAŽAAN
- ☐ BATAAT
- ☐ TOMAT
- ☐ KURK

PUUVILJAD

- ☐ ÕUN
- ☐ APRIKOOS
- ☐ AVOKAADO
- ☐ BANAAN
- ☐ PÕLDMARI
- ☐ MUSTIKAS
- ☐ KIRSS
- ☐ MAASIKAS
- ☐ JÕHVIKAS
- ☐ VIIGIMARI
- ☐ GREIP
- ☐ VIINAMARJAD
- ☐ SIDRUN
- ☐ MANGO
- ☐ GRANAATÕUN
- ☐ PLOOM
- ☐ PAPAIA
- ☐ ANANASS
- ☐ VAARIKAS
- ☐ RABARBAR
- ☐ MAASIKAS
- ☐ ARBUUS
- ☐ MELON
- ☐ KIIVI
- ☐ APELSIN

MAITSEROHELINE / VÜRTSID

- ☐ MUST PIPAR
- ☐ BASIILIK
- ☐ HERNE IDUD
- ☐ KANEEL
- ☐ KÖÖMNED
- ☐ TÜÜMIAN
- ☐ INGVER
- ☐ KÜÜSLAUK
- ☐ PUNE
- ☐ PETERSELL
- ☐ MELISS
- ☐ KURKUM

PÄHKLID JA SEEMNED

- ☐ MANDLID
- ☐ PÄEVALILLESEEMNED
- ☐ INDIA PÄHKLID
- ☐ KANEP
- ☐ PISTAATSIAPÄHKLID
- ☐ SEESAM
- ☐ CHIA SEEMNED
- ☐ LINA

OAD

- ☐ HERNED
- ☐ KIKERHERNED
- ☐ SOJAUBA
- ☐ VÕIOAD

TERAVILI

- ☐ RIIS
- ☐ TATAR
- ☐ KAER
- ☐ KINOA
- ☐ ODER
- ☐ RUKIS
- ☐ NISU