

**Balanceskema til kost**

*Fordele ved ikke at ændre på kosten*

-  
-  
-  
-

*Ulemper ved ikke at ændre på kosten*

-  
-  
-  
-

*Ulemper ved at ændre på kosten*

-  
-  
-  
-

*Fordele ved at ændre på kosten*

-  
-  
-  
-