

melk
havregryn
salt og noe spicy krydder
vaniljesukker
yoghurt naturell
honning
søtsikt fr
chokkebrød

SPIS SMART

– en kokebok for unge idrettsutøvere

bok lansering

SUNN JENTEIDRETT Else-Marthe Sørli Lybekk og Ingvill Måkestad Bovim

163_1002_10/akilles.no



onsdag 3. mars kl. 14.00

i kantinen, Idrettens Hus – Ullevål Stadion

Det vil bli enkel bevertning – smak Sunn Jenteidretts smoothie og vafler!



frukt.no

Opplysningskontoret for frukt og grønt



matprat.no

Opplysningskontoret for Meieriprodukter

melk.no



Bildegalleri til denne boken

Prosjektdata

Novelsponsor