

Type 2 diabetes

C R C X N F A V L F Z N T K R F P Y N W M Y E H
P C M Q D R B P I B A K D G K T O K I I Y B D O
Q Z J N U O L O V F G V C T G W V Q B E H G E Q
L B T N N W D B P B E F N W L B V S O M C B D E
V C E V L H H W A O M O S S Y K P V I L R L O D
W M M W P C D D W W O H T I C G Y N R C A O Y B
Y G D U S E R B I F O D A C A A Z V W W T O P Y
W X J X I W U Q P M E F Q W E J C O B C S D R J
B M B S S C Z R E D M S R S M Q O E S G Y P Y O
T E A X P W L C C J P D J O I B A Y Z M Y R P D
B T J K A Y O A S P Z K C Q C N N U B G U E G U
G A P G T O I F C Z D Q G L S I C Y V P T S L T
O J J A K M H B B F R V A G E W U P D A U S U H
H W J E J Q C S S D Z V W T S B O P S N F U C Z
X H D I E H D A U C Q J O Y D J T H S L N R O E
I D I W X E S S T N D R V M G J S A E G P E S H
T R A E H M B O J A P G F J B R T C C J X H E Y
J W S B N M R J C P F B Z Q F U B O P O N Q S J
Q O T Q L U K G X G A W K H R O J U W D M U J M
Z G G U A C Z Q T L O E O A T G L Y M Y I K V G
A L S O T R X D S T C G T L J S K H U X W Y M E
B K Q W F R Z O A G T E J Z E V Q A I A B E Q R
B I B B P Z F F Y P D G B S R M T T H G U V C T
Y I F P G L C M H O B R Y R R W E F M K K P J V

bloodpressure

unsaturated

homecooked

glycaemic

glucose

calcium

protein

starchy

lowfat

pulses

heart

omega

beans

fibre

fat