

Name: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_

# Carbohydrates

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

dried fruit

crackers

cookies

potatoes

carrots

oatmeal

bagels

chips

bread

pizza

rice

nuts