

# Diet

B C C P I O T B N L U B O V N T U L M B D C M H  
H O G L O L D C M D P R O T E I N S D P M R P M  
Y N U U T W A G H A P A 5 E F N W R M O A I I A  
A L I A D C T 5 5 Y E 5 W P O L T D I P U G B M  
F G H N O I T C N U F N I A R B R O O P Y R L G  
I W S W P P S Y E C Y A R N U V R T R V R E A U  
B O P Y E D S 5 H M 5 U A P C G O Y T P S R N A  
R F H 5 B E O P H E G I R V Y A B 5 T N E U W N  
E D E M U C L O C Y A C N T V L E G W C T S B D  
T D T I 5 T T R G E H R S F N I S N E G A S S D  
G D S W V S H U R Y T T T O E G I 5 I E R E W F  
N N D N Y S G H H E P D Y B M G T C G Y D R G B  
I S R C W U I I N E O S I E U V Y U H R Y P I N  
T F S I B N E D O Y L W D E G R R T T R H D O M  
A O G S W M W V W D F U U E T D N C G V O O Y W  
E I N D I G E S T I O N U M M I S P A I B O 5 M  
T Y I R V I T A M I N S W F D M A M I S R L A N  
R P W P S C T 5 A Y L R H 5 M Y A E N A A B N B  
O Y S L Y D O C 5 D T I R W H O E N B G C H R C  
F H D I H W B D R T T B N 5 G H A H M A C G N A  
M O O W H U R I D L I V A M A G O I W T R I D Y  
O I O M E I T F P U N W 5 W B D P E W O W H T S  
C F M S L A R E N I M A L M B L A F V W S G S V  
E T W G S I U O H G 5 C H H P N G Y S S V G E B

Poor Brain Function  
Carbohydrates  
Weight Gain  
Proteins  
Obesity  
Diet

High Blood Pressure  
Indigestion  
Weight Loss  
Minerals  
5 A Day

Comfort Eating  
Mood Swings  
Heartburn  
Vitamins  
Fibre