

Stay Hydrated

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

Tart Cherry Juice
Grapefruit
Whole Milk
Black Tea
Oranges

Lemon Juice
Watermelon
Chamomile
Skim Milk
Coffee

Cantaloupe
Beet Juice
Green Tea
Honeydew
Water