



Mannagrieß mit Pudding, Quark und Früchten - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Magerquark <i>(1 g)</i>	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Amerikanische Heidelbeere <i>(50 g)</i>	1	Handvoll	50 g
<input type="checkbox"/>	Walnüsse 2 <i>(1 g)</i>	20	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Vanillepudding ohne Zucker <i>(1 g)</i>	20	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Grießbrei <i>(1 g)</i>	20	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Xylit <i>(7 g)</i>	1	Esstlöffel	7 g
<input type="checkbox"/>	Bitterschokolade <i>(100 g)</i>	2	Stück	100 g