



A_Skilager Zmorge von M H

Mengen für 10 Personen

Fit in den Tag :-)

100 g Bulgur	!!!!!! aha Margarine
150 g Konfitüre	in Schalen abfüllen
1.5 Liter Ahornsirup	!!!! aha Milch
1.2 Liter Orangensaft	
1.0 Liter Tee	
70 g Schokoladenpulver	