

Tabelle2

Menge	Obst und Gemüse	Menge	Brot
_____	Kiwi	_____	Goldenstedter
_____	Äpfel	_____	Roggenfrischling
_____	Bananen	_____	Grobkorn
_____	Zitronen	_____	Kraftprotz
_____	rote Peperoni	_____	Olivenciabatta
_____	Radieschen	_____	Dinkel-Hafer
_____	Kartoffeln	_____	Mehrkornbrot
_____	Strauch-Tomaten	_____	Haferkasten
_____	Möhren	_____	Dreikorn
_____	Gemüsezwiebeln	_____	Dinkeltoast, geschnitten
_____	Blumenkohl		
_____	Knoblauch	Menge	Brötchen
_____	Pastinaken	_____	Roggen
_____	Porree	_____	Mehrkorn
_____	Romana-Mini-Mix, Salat rot/grün	_____	Dinkelhappen
_____	Paprika, gelb	_____	Rosine
_____	Gurken		
_____	Pilze	Menge	Kuchen / Kekse
_____	Kohlrabi	_____	Mandelmürbchen-Gebäck
		_____	Schwedische Haferkekse
		_____	Joh. Beer-Baiser
		_____	DinkelMandelhörnSchoko

Bestellungen bitte bis Montagabend 22Uhr. Vielen Dank!

Kraftprotz (400g, Brot ohne Mehl)

Zutaten: Wasser, Haferflocken*, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne**, Sesam ungeschält**, Leinsamen**, Chiasamen**, Hirse**, Haselnusskerne**, Meersalz, Flohsamenschalen****