



# SNACKS

Do's	Don'ts
Ein Stück Zartbitterschokolade (mind. 70 % Kakao)	Schokoladeprodukte
Gemüsesticks mit Magerquarkdip oder gebackene Kichererbsen	Chips
Selbst gemachtes Popcorn mit etwas Erythrit	Fertigpopcorn
Gefrorene Bananen im Mixer	Eiscreme
Wasser	Alkohol
Früchte; Nüsse	Gummibärchen