P			
u m p			
k i n			
C a k			
D o n			
u t s			
P u			

m p k			
n C a k			
D o n			
: :			
n g r e			
u i e n t			
2 c			
u p s a			
I - P			
r p o			
e f I			
u r 1 1			
2 t e			
s p o			
n s b a			
k i n			
p o w d e			
r 1 1			
2 t e			
s p o			
n s pu			
p k i			
p i e s			
7/ 4 t			
a s p			
o n k			
s h o r			

/ 4 t c c c c c c c c c c c c c c c c c c		
a 5 P		
n b a k		
i n 9		
o d a 1		
u p g		
a n u		
a t e d		
s u g a		
d i		
i d e d		
1 / 2		
p d a		
k b r		
w n s		
g a		
ra a c k		
d 1 / 3		
c u p		
- b I e		
1 1 2		
a r g		
e 9 9 5		
c u p		
a n n		
d p u m		
p k i		
- u r		

e e			
2 t			
s p o o			
s v a			
x t r			
c t 3			
t o a			
p o o			
9 r o u			
d c i n			
a m o			
1 / 4 c			
p u n			
a I t c			
b u t			
e r ,			
I t e			
P r o			
e s s			
r e h			
a t o v			
n t o 4			
u 0 d e			
r e s			
r C ⊙			
t a d			
n u t p			
n			

w i t			
h n o			
k s p			
a y -			
i n			
e b o			
•• 			
o m b			
n e f			
o u			
b a k			
i n g			
o w d			
r , p			
m P k			
n P			
e p			
c e ,			
a I t			
an d b			
a k i			
9 s o d			
a .			
n t			
b o w			
n e I			
c t			
c m			
x e r			
i t			

d w i		
h t h		
P a d d		
o a t		
a c h		
e a t		
/ 2 c		
p g r a		
u I a t		
e d s		
u a r		
г О W		
s u g		
n d v		
e 9 e		
i i o		
m e d		
9 h u		
t i I w		
I I c		
m b i		
e d a b		
o u t		
·· u t e		

B			
a t i			
e 9 9			
, o n			
e a t			
t i m			
u n			
i I			
o m b			
n e d			
- B e			
t i n			
m			
x ii n			
n d v			
n i I			
a u			
t i i			
u s t			
o m b			
n e d			
G r			
u u a			
I y a d			
d f I			
u r m			
x t			
r e t			
s u g			
r m i			
t u			
- a t			

o w s			
e d d			
bee a t			
n 9			
u t			
, p o			
t e d			
u s			
n 9 a p			
i p i			
9 b a 9			
f i t			
e d w			
t h			
o u n d			
o r a			
a r g o			
z i p			
o c k b			
a 9 w			
t			
e r c			
t o f			
, p i p			
o t h			

b a t		
u r o v		
n I Y		
n t o		
h e d		
u t p		
n - P		
a c e		
n t o		
• e n		
d b a k		
e f o r		
1		
z m i		
o r u		
t i i d		
o n u t		
, a r e		
1 i 9 h		
: ! y b		
o w n		
d a n d		
s p r		
n g b b		
c k w h		
c h e d		
I		

r			
n t I			
n 9			
n t h			
c i n			
9 3			
u r e			
N u t			
r i t			
о п s e			
r v i			
g s :			
<b>2</b> C			
s : F			
t : :C			
r b s			
n.			