

DIRT & WORMS

PUDDING CUP RECIPE



RECIPE MAKES 15 SERVINGS
**SUBSTITUTIONS CAN BE
PROVIDED UPON REQUEST
TO ACCOMMODATE DIETARY
RESTRICTIONS.**

PUDDING:

- 3 BOXES OF CHOCOLATE INSTANT PUDDING MIX
- 6 CUPS FAT-FREE MILK

DIRT:

- CRUSHED OREOS (VEGAN)

WORMS:

- 3 TROLLI GUMMY WORMS PER CUP (NOT VEGAN)



DIRT & WORMS

INSTANT CHOCOLATE PUDDING NUTRITION FACTS



See inside for
COOL WHIP
Pudding Pie
recipe

Recette de la
tarte
COOL WHIP
au pudding
à l'intérieur

Nutrition Facts / Valeur nutritive

Per 1/4 Package (28 g) / pour 1/4 du sachet (28 g)

About 1/2 cup (125 mL) prepared

environ 1/2 tasse (125 mL) préparée

Amount Teneur	Dry Mix Préparation sèche	Prepared† Préparée†
Calories / Calories	100	160
% Daily Value / % valeur quotidienne		
Fat / Lipides 0 g*	0 %	4 %
Saturated / saturés 0 g + Trans / trans 0 g	1 %	6 %
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	0 %	3 %
Sodium / Sodium 420 mg	18 %	20 %
Carbohydrate / Glucides 25 g	8 %	11 %
Fibre / Fibres 1 g	4 %	4 %
Sugars / Sucres 19 g		
Protein / Protéines 0.5 g		
Vitamin A / Vitamine A	0 %	8 %
Vitamin C / Vitamine C	0 %	0 %
Calcium / Calcium	0 %	15 %
Iron / Fer	6 %	6 %

* Amount in dry mix / Quantité dans la préparation sèche.

† Prepared as per directions with 2% partly skimmed milk / Préparée selon le mode d'emploi avec du lait partiellement écrémé 2 %.