

Koktajl ze szpinakiem, bananem i kiwi - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Woda (250 g)	1	Szklanka	250 g
<input type="checkbox"/>	Banan (120 g)	1	Sztuka	120 g
<input type="checkbox"/>	Kiwi (75 g)	1	Sztuka	75 g
<input type="checkbox"/>	Szpinak świeży (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Nasiona chia (5 g)	1	Łyżeczka	5 g
