

## Kanapki z pastą z awokado i tuńczyka (wersja lżejsza) - Składniki

---

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Jasny chleb żytni</b> <i>(1 g)</i>	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Awokado</b> <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tuńczyk w oleju</b> <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Kiełki brokuła</b> <i>(1 g)</i>	12	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Koper ogrodowy</b> <i>(1 g)</i>	6	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sok z cytryny</b> <i>(1 g)</i>	3	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Szczypiorek</b> <i>(1 g)</i>	3	Gram	1 g

---