



## Kurczak chrupiący (wersja lżejsza) - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Filet z piersi kurczaka</b> <i>(1 g)</i>	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Jogurt naturalny grecki</b> <i>(1 g)</i>	80	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ryż brązowy długoziarnisty</b> <i>(1 g)</i>	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Płatki kukurydziane bezglutenowe</b> <i>(1 g)</i>	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olej rzepakowy tłoczony na zimno</b> <i>(1 ml)</i>	10	Gram	1 ml