

## Kanapki z pastą z makreli i ogórkiem (wersja cięższa) - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Jasny chleb żytni</b> <i>(35 g)</i>	4	Kromka Chleba	35 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ogórki kiszane</b> <i>(60 g)</i>	2	Sztuka	60 g
<input type="checkbox"/>	<b>Czerwona papryka</b> <i>(200 g)</i>	1	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Makrela wędzona</b> <i>(1 g)</i>	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Cebula</b> <i>(170 g)</i>	1	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Salata masłowa</b> <i>(5 g)</i>	4	Liść	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Natka pietruszki</b> <i>(1 g)</i>	2	Łyżeczka	1 g