



Owsianka czekoladowa - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Smalec (1 g)	100	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	Woda (1 g)	80	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	Banan (1 g)	60	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Płatki owsiane (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Borówka wysoka (1 g)	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Masło orzechowe laskowe (7 g)	1	Łyżeczka	7 g
<input type="checkbox"/>	Erytrytol (10 g)	1	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Migdały w płatkach (6 g)	1	Łyżeczka	6 g