

# Low Carb chleb ze słonecznikiem, siemieniem Inianym i sezamem - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Nasiona słonecznika (łuskane)</b> <i>(1 g)</i>	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Siemię Iniane mielone</b> <i>(1 g)</i>	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Nasiona sezamu, łuskane</b> <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Nadmuchiwany amarantus</b> <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ser twarogowy chudy</b> <i>(1 g)</i>	250	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Białko jaja kurzego</b> <i>(35 g)</i>	3	Sztuka	35 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sól biała</b> <i>(5 g)</i>	1	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Marchew</b> <i>(50 g)</i>	3	Sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	<b>Płatki orkiszowe</b> <i>(10 g)</i>	4	Łyżka	10 g