

## Polędwiczki wieprzowe z warzywami - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Polędwica wieprzowa, surowa</b> (100 g)	4	Porcja	100 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ryż basmati biały długoziarnisty</b> (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Cukinia</b> (450 g)	1	Mała sztuka	450 g
<input type="checkbox"/>	<b>Czerwona papryka</b> (200 g)	1	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zielona papryka</b> (200 g)	1	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Oliwa z oliwek</b> (10 g)	2	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Pieczarki świeże</b> (20 g)	5	Sztuka	20 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zioła prowansalskie</b> (2 g)	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sól biała</b> (0.1 g)	2	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Pieprz czarny</b> (0.1 g)	2	Szczypta	0.1 g