

Kanapki z szynką, sałatką pomidorową i marynatą ziołową - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Chleb razowy żytni (30 g)	3	Kromka Chleba	30 g
<input type="checkbox"/>	Masło (10 g)	0.5	Łyżeczka	10 g
<input type="checkbox"/>	Szynka wieprzowa gotowana (20 g)	3	Plaster	20 g
<input type="checkbox"/>	Ogórki konserwowe (35 g)	2	Sztuka	35 g
<input type="checkbox"/>	Szczypiorek (2 g)	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Pomidor (170 g)	1	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	Cebula czerwona (60 g)	1	Mała sztuka	60 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek (5 g)	1	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny (0.1 g)	1	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała (0.1 g)	1	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Bazyli, świeży (0.1 g)	3	Liść	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Natka pietruszki (1 g)	1	Łyżeczka	1 g
<input type="checkbox"/>	Banan (80 g)	1	Mała sztuka	80 g