

Omlet malinowy - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Jaja kurze całe (M) (51 g)	1	Sztuka	51 g
<input type="checkbox"/>	Mąka gryczana (10 g)	3	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Maliny (70 g)	1	Garść	70 g
<input type="checkbox"/>	Jogurt naturalny grecki (25 g)	2	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek (5 g)	1	Łyżeczka	5 g