

## Koktajl ze szpinakiem, bananem i kiwi - Składniki

---

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Woda</b> (250 g)	1	Szklanka	250 g
<input type="checkbox"/>	<b>Banan</b> (120 g)	1	Sztuka	120 g
<input type="checkbox"/>	<b>Kiwi</b> (75 g)	1	Sztuka	75 g
<input type="checkbox"/>	<b>Szpinak świeży</b> (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Nasiona chia</b> (5 g)	1	Łyżeczka	5 g

---