

Owsianka z borówkami (wersja lżejsza, bez laktozy) - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Mleko ryżowe <i>(250 g)</i>	1	Szklanka	250 g
<input type="checkbox"/>	Borówka wysoka <i>(1 g)</i>	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Płatki owsiane <i>(10 g)</i>	4	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Migdały <i>(1 g)</i>	5	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Mak niebieski <i>(5 g)</i>	1	Łyżeczka	5 g