

Owsianka z borówkami (wersja bez laktozy) - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Mleko ryżowe (250 g)	1	Szklanka	250 g
<input type="checkbox"/>	Borówka wysoka (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Płatki owsiane (10 g)	6	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Migdały (1 g)	10	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Mak niebieski (10 g)	1	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Wiórki kokosowe (6 g)	1	Łyżka	6 g