

Owsianka z masłem orzechowym, daktylami i jabłkiem - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Mleko krowie 1,5% <i>(1 g)</i>	250	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	Jabłko <i>(180 g)</i>	1	Sztuka	180 g
<input type="checkbox"/>	Płatki owsiane <i>(10 g)</i>	5	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Masło orzechowe laskowe <i>(15 g)</i>	1	Łyżka	15 g
<input type="checkbox"/>	Daktyle suszone <i>(5 g)</i>	2	Sztuka	5 g