

Low Carb Śniadaniowa Zapiekanka - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Chleb nasionowy Low Carb na bazie nasion słonecznika, nasion chia i twarogu <i>(50 g)</i>	4	Kromka Chleba	50 g
<input type="checkbox"/>	Jaja kurze całe (M) <i>(51 g)</i>	4	Sztuka	51 g
<input type="checkbox"/>	Ser Emmentaler pełnotłusty <i>(20 g)</i>	2	Plaster	20 g
<input type="checkbox"/>	Masło do formy <i>(10 g)</i>	1	Łyżeczka	10 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała <i>(0.1 g)</i>	2	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny <i>(0.1 g)</i>	2	Szczypta	0.1 g