



## Kanapka z pastą z jajek i awokado - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Jaja kurze całe (M)</b> (51 g)	4	Sztuka	51 g
<input type="checkbox"/>	<b>Chleb razowy żytni</b> (30 g)	4	Kromka Chleba	30 g
<input type="checkbox"/>	<b>Awokado</b> (140 g)	1	Sztuka	140 g
<input type="checkbox"/>	<b>Jogurt naturalny grecki</b> (25 g)	2	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rzodkiewka</b> (15 g)	6	Sztuka	15 g
<input type="checkbox"/>	<b>Szczypiorek</b> (5 g)	2	Łyżka	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sól biała</b> (0.1 g)	2	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Pieprz czarny</b> (0.1 g)	2	Szczypta	0.1 g