



Chleb razowy z serem ementaler i sałatką z ogórków - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Chleb wielozbożowy pełnoziarnisty żytni (30 g)	2	Kromka Chleba	30 g
<input type="checkbox"/>	Masło (10 g)	0.5	Łyżeczka	10 g
<input type="checkbox"/>	Ser Emmentaler pełnotłusty (20 g)	2	Plaster	20 g
<input type="checkbox"/>	Cebula czerwona (80 g)	1	Sztuka	80 g
<input type="checkbox"/>	Szcypiorek (2 g)	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Ogórek szklarniowy (180 g)	1	Sztuka	180 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek (5 g)	1	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny (0.1 g)	1	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała (0.1 g)	1	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Koper ogrodowy świeży lub suszony (2 g)	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Jabłko (180 g)	1	Sztuka	180 g