

## Opis receptury

03.09.2015

Nazwa potrawy	<b>BIGOS</b>
Autor receptury	
Data utworzenia	<b>03.09.2015</b>
Osoba nadzorująca	
Osoba odpowiedzialna	
Konsument	
Rodzaj diety	<b>DRUGIE DANIE</b>
Czas przygotowania	<b>0</b>
Waga jednej porcji	<b>321</b>
Sposób wydawania	
Sposób przygotowania	

### Wartości odżywcze

Składnik	Jednostka miary	Zawartość
Wartość energetyczna	kcal	<b>0</b>
Białko	g	<b>0,00</b>
Tłuszcz	g	<b>0,00</b>
Węglowodany	g	<b>0,00</b>
Wapń	mg	<b>0,00</b>
Fosfor	mg	<b>0,00</b>
Żelazo	mg	<b>0,00</b>
Witamina A	j.m.	<b>0,00</b>
Witamina B1	mcg	<b>0,00</b>
Witamina B2	mcg	<b>0,00</b>
Witamina C	mg	<b>0,00</b>

### Lista składników

L.P.	Składnik	Ilość w gramach
1	KIEŁBASA	<b>54</b>
2	MAJERANEK	<b>0</b>
3	MĄKA	<b>6</b>
4	OLEJ	<b>28</b>
5	KONCENTRAT POMIDOROWY	<b>3</b>
6	PAPRYKA SŁODKA	<b>0</b>
7	KOPER	<b>1</b>
8	KAPUSTA BIAŁA	<b>200</b>
9	SZYNKA BEZ KOŚCI	<b>30</b>
Razem		<b>322</b>