

Opis receptury

03.09.2015

Nazwa potrawy **FILET Z INDYKA**
Autor receptury
Data utworzenia **03.09.2015**
Osoba nadzorująca
Osoba odpowiedzialna
Konsument
Rodzaj diety **DRUGIE DANIE**
Czas przygotowania **0**
Waga jednej porcji **183**
Sposób wydawania
Sposób przygotowania

Wartości odżywcze

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

Lista składników

L.P.	Składnik	Ilość w gramach
1	BUŁKA TARTA	69
2	FILET Z INDYKA	79
3	JAJA	1
4	OLEJ	20
5	MĄKA	10
6	SÓL	3
7	PIEPRZ ZIOŁOWY	0
8	PIEPRZ CZARNY	0
Razem		182