

## Opis receptury

03.09.2015

Nazwa potrawy **ZUPA SZPARAGOWA Z CHLEBEM**  
Autor receptury  
Data utworzenia **03.09.2015**  
Osoba nadzorująca  
Osoba odpowiedzialna  
Konsument  
Rodzaj diety  
Czas przygotowania **0**  
Waga jednej porcji **187**  
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	CEBULA	<b>6</b>
2	CHLEB	<b>31</b>
3	KOŚCI	<b>9</b>
4	LIŚC LAUROWY	<b>0</b>
5	MARCHEW	<b>12</b>
6	NATKA	<b>0</b>
7	PIETRUSZKA	<b>3</b>
8	PIEPRZ CZARNY	<b>0</b>
9	PIEPRZ ZIOŁOWY	<b>0</b>
10	SELER	<b>3</b>
11	ŚMIETANA	<b>10</b>
12	SZPARAGI ZIELONE	<b>23</b>
13	ZIELE ANGIELSKIE	<b>0</b>
14	ZIEMNIAKI	<b>90</b>
Razem		<b>187</b>