



# Przelicznik kuchenny

ml = g



1 szklanka  
= 250 ml  
(17 łyżek)



1 cup  
= 240 ml  
(16 łyżek)



1 kubek  
= 300 ml  
(20 łyżek)



1 oz = 28g  
2 oz = 56g  
3,5 oz = 100g  
4 oz = 112g  
5 oz = 140g  
6 oz = 168g  
8 oz = 225g  
9 oz = 250g  
10 oz = 280g  
12 oz = 340g  
16 oz = 450g



1 fl oz  
= 30 ml  
(2 łyżki)



1 łyżka  
= 15 ml



1 łyżeczka  
= 5 ml



1 szczypta  
= 0,3 ml

1 = 240 g (8 fl oz)  
3/4 = 180 g (6 fl oz)  
2/3 = 150 g (5 fl oz)  
1/2 = 120 g (4 fl oz)  
1/3 = 90 g (3 fl oz)  
1/4 = 60 g (2 fl oz)

## MAKA PSZENNA

160g 150g 10g 3g

## MAKA ZIEMNIACZANA

190g 180g 10g 3g

## SKROBIA KUKURYDZIANA

140g 130g 9g 3g

## CUKIER

220g 225g 13g 5g

## CUKIER PUDER

170g 115g 12g 4g

## KAKAO

130g 120g 8g 3g

## WODA / MLEKO

250g 240g 15g 5g

## OLEJ

230g 223g 14g 5g

## ŚMIETANA

260g 240g 16g 5g



# Przelicznik kuchenny

ml = g



1 szklanka  
= 250 ml  
(17 łyżek)



1 cup  
= 240 ml  
(16 łyżek)



1 kubek  
= 300 ml  
(20 łyżek)



1 oz = 28g  
2 oz = 56g  
3,5 oz = 100g  
4 oz = 112g  
5 oz = 140g  
6 oz = 168g  
8 oz = 225g  
9 oz = 250g  
10 oz = 280g  
12 oz = 340g  
16 oz = 450g



1 fl oz  
= 30 ml  
(2 łyżki)



1 łyżka  
= 15 ml



1 łyżeczka  
= 5 ml



1 szczypta  
= 0,3 ml

1 = 240 g (8 fl oz)  
3/4 = 180 g (6 fl oz)  
2/3 = 150 g (5 fl oz)  
1/2 = 120 g (4 fl oz)  
1/3 = 90 g (3 fl oz)  
1/4 = 60 g (2 fl oz)

## MAKA PSZENNA

160g 150g 10g 3g

## MAKA ZIEMNIACZANA

190g 180g 10g 3g

## SKROBIA KUKURYDZIANA

140g 130g 9g 3g

## CUKIER

220g 225g 13g 5g

## CUKIER PUDER

170g 115g 12g 4g

## KAKAO

130g 120g 8g 3g

## WODA / MLEKO

250g 240g 15g 5g

## OLEJ

230g 223g 14g 5g

## ŚMIETANA

260g 240g 16g 5g



# Przelicznik kuchenny

ml = g



1 szklanka  
= 250 ml  
(17 łyżek)



1 cup  
= 240 ml  
(16 łyżek)



1 kubek  
= 300 ml  
(20 łyżek)



1 oz = 28g  
2 oz = 56g  
3,5 oz = 100g  
4 oz = 112g  
5 oz = 140g  
6 oz = 168g  
8 oz = 225g  
9 oz = 250g  
10 oz = 280g  
12 oz = 340g  
16 oz = 450g



1 fl oz  
= 30 ml  
(2 łyżki)



1 łyżka  
= 15 ml



1 łyżeczka  
= 5 ml



1 szczypta  
= 0,3 ml

1 = 240 g (8 fl oz)  
3/4 = 180 g (6 fl oz)  
2/3 = 150 g (5 fl oz)  
1/2 = 120 g (4 fl oz)  
1/3 = 90 g (3 fl oz)  
1/4 = 60 g (2 fl oz)

## MAKA PSZENNA

160g 150g 10g 3g

## MAKA ZIEMNIACZANA

190g 180g 10g 3g

## SKROBIA KUKURYDZIANA

140g 130g 9g 3g

## CUKIER

220g 225g 13g 5g

## CUKIER PUDER

170g 115g 12g 4g

## KAKAO

130g 120g 8g 3g

## WODA / MLEKO

250g 240g 15g 5g

## OLEJ

230g 223g 14g 5g

## ŚMIETANA

260g 240g 16g 5g



# Przelicznik kuchenny

ml = g



1 szklanka  
= 250 ml  
(17 łyżek)



1 cup  
= 240 ml  
(16 łyżek)



1 kubek  
= 300 ml  
(20 łyżek)



1 oz = 28g  
2 oz = 56g  
3,5 oz = 100g  
4 oz = 112g  
5 oz = 140g  
6 oz = 168g  
8 oz = 225g  
9 oz = 250g  
10 oz = 280g  
12 oz = 340g  
16 oz = 450g



1 fl oz  
= 30 ml  
(2 łyżki)



1 łyżka  
= 15 ml



1 łyżeczka  
= 5 ml



1 szczypta  
= 0,3 ml

1 = 240 g (8 fl oz)  
3/4 = 180 g (6 fl oz)  
2/3 = 150 g (5 fl oz)  
1/2 = 120 g (4 fl oz)  
1/3 = 90 g (3 fl oz)  
1/4 = 60 g (2 fl oz)

## MAKA PSZENNA

160g 150g 10g 3g

## MAKA ZIEMNIACZANA

190g 180g 10g 3g

## SKROBIA KUKURYDZIANA

140g 130g 9g 3g

## CUKIER

220g 225g 13g 5g

## CUKIER PUDER

170g 115g 12g 4g

## KAKAO

130g 120g 8g 3g

## WODA / MLEKO

250g 240g 15g 5g

## OLEJ

230g 223g 14g 5g

## ŚMIETANA

260g 240g 16g 5g



# Przelicznik kuchenny

ml = g



1 szklanka  
= 250 ml  
(17 łyżek)



1 cup  
= 240 ml  
(16 łyżek)



1 kubek  
= 300 ml  
(20 łyżek)



1 oz = 28g  
2 oz = 56g  
3,5 oz = 100g  
4 oz = 112g  
5 oz = 140g  
6 oz = 168g  
8 oz = 225g  
9 oz = 250g  
10 oz = 280g  
12 oz = 340g  
16 oz = 450g



1 fl oz  
= 30 ml  
(2 łyżki)



1 łyżka  
= 15 ml



1 łyżeczka  
= 5 ml



1 szczypta  
= 0,3 ml

1 = 240 g (8 fl oz)  
3/4 = 180 g (6 fl oz)  
2/3 = 150 g (5 fl oz)  
1/2 = 120 g (4 fl oz)  
1/3 = 90 g (3 fl oz)  
1/4 = 60 g (2 fl oz)

## MAKA PSZENNA

160g 150g 10g 3g

## MAKA ZIEMNIACZANA

190g 180g 10g 3g

## SKROBIA KUKURYDZIANA

140g 130g 9g 3g

## CUKIER

220g 225g 13g 5g

## CUKIER PUDER

170g 115g 12g 4g

## KAKAO

130g 120g 8g 3g

## WODA / MLEKO

250g 240g 15g 5g

## OLEJ

230g 223g 14g 5g

## ŚMIETANA

260g 240g 16g 5g



# Przelicznik kuchenny

ml = g



1 szklanka  
= 250 ml  
(17 łyżek)



1 cup  
= 240 ml  
(16 łyżek)



1 kubek  
= 300 ml  
(20 łyżek)



1 oz = 28g  
2 oz = 56g  
3,5 oz = 100g  
4 oz = 112g  
5 oz = 140g  
6 oz = 168g  
8 oz = 225g  
9 oz = 250g  
10 oz = 280g  
12 oz = 340g  
16 oz = 450g



1 fl oz  
= 30 ml  
(2 łyżki)



1 łyżka  
= 15 ml



1 łyżeczka  
= 5 ml



1 szczypta  
= 0,3 ml

1 = 240 g (8 fl oz)  
3/4 = 180 g (6 fl oz)  
2/3 = 150 g (5 fl oz)  
1/2 = 120 g (4 fl oz)  
1/3 = 90 g (3 fl oz)  
1/4 = 60 g (2 fl oz)

## MAKA PSZENNA

160g 150g 10g 3g

## MAKA ZIEMNIACZANA

190g 180g 10g 3g

## SKROBIA KUKURYDZIANA

140g 130g 9g 3g

## CUKIER

220g 225g 13g 5g

## CUKIER PUDER

170g 115g 12g 4g

## KAKAO

130g 120g 8g 3g

## WODA / MLEKO

250g 240g 15g 5g

## OLEJ

230g 223g 14g 5g

## ŚMIETANA

260g 240g 16g 5g



# Przelicznik kuchenny

ml = g



1 szklanka  
= 250 ml  
(17 łyżek)



1 cup  
= 240 ml  
(16 łyżek)



1 kubek  
= 300 ml  
(20 łyżek)



1 oz = 28g  
2 oz = 56g  
3,5 oz = 100g  
4 oz = 112g  
5 oz = 140g  
6 oz = 168g  
8 oz = 225g  
9 oz = 250g  
10 oz = 280g  
12 oz = 340g  
16 oz = 450g



1 fl oz  
= 30 ml  
(2 łyżki)



1 łyżka  
= 15 ml



1 łyżeczka  
= 5 ml



1 szczypta  
= 0,3 ml

1 = 240 g (8 fl oz)  
3/4 = 180 g (6 fl oz)  
2/3 = 150 g (5 fl oz)  
1/2 = 120 g (4 fl oz)  
1/3 = 90 g (3 fl oz)  
1/4 = 60 g (2 fl oz)

## MAKA PSZENNA

160g 150g 10g 3g

## MAKA ZIEMNIACZANA

190g 180g 10g 3g

## SKROBIA KUKURYDZIANA

140g 130g 9g 3g

## CUKIER

220g 225g 13g 5g

## CUKIER PUDER

170g 115g 12g 4g

## KAKAO

130g 120g 8g 3g

## WODA / MLEKO

250g 240g 15g 5g

## OLEJ

230g 223g 14g 5g

## ŚMIETANA

260g 240g 16g 5g