



Pequenos-Almoços Pão

Finger Sandwiches Mistas

🕒 10 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 16 doses

Ingredientes

12 fatias de de pão de forma
6 fatias de queijo
6 fatias de fiambre

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|-----------|------|
| Energia | 86,2 kcal | 4%* |
| Proteínas | 6,3 g | 13%* |
| Lípidos | 4,7 g | 7%* |
| Hidratos de Carbono | 4,6 g | 2%* |

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

- 1 Coloque as fatias de fiambre e queijo sobre as fatias de pão.
- 2 Repita o procedimento, de modo a fazer duas camadas desta, usando 3 fatias de pão no total.
- 3 Corte em quadrados e sirva com a cenoura ralada por cima.