

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.