magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
Recepty 24. 9. 2013 | beda

Sendviče se šunkou

URL článku: magazin/recepty/Sendvice-se-sunkou__s10007x7921.html

Sendviče jsou snadné a oblíbené. Když je navíc vykrájíte do rozličných tvarů, děti je ocení ještě více.

INGREDIENCE **4 PORCE**

Nutriční hodnoty		
	recept	porce
energie	1753 kcal	350 kcal/1470 kJ

8 krajíců slunečnicového chleba AQ 420g

margarín AQ na potření 80g

4 plátky šmoulí krůtí šunky pro děti AQ 60g

4 plátky Eidámku 30% pro děti AQ 60g

4 velké listy krásného salátu 80g

Chleby si rozložte na pracovní plochu a všechny je namažte margarínem. Na čtyři z nich rozdělte šunku, sýr a salát a přiklopte je zbylými chleby. Poté z nich vykrájejte kolečka, kytičky nebo tvary, která mají vaše děti rády. Ihned podávejte.

Copyright © 2024
Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz