



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 potřeni 80g
4 plátky šmouli krůti 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 © 2023

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