



GRILLED-CHEESE SANDWICH Y SOPA DE JITOMATE (SOLO SANDWICH)

 5 minutos 25 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 150 gramos de queso oaxaca ○ 150 gramos de queso mozzarella
- 8 Rebanadas de pan de caja integral (216 g) ○ 8 Rebanadas de pan Bimbo® cero cero (224 g) ○ 8 Piezas de pan tostado Bimbo® cero cero (120 g) ○ 8 Rebanadas de pan Ezequiel® integral germinado (272 g) ○ 8 Rebanadas de pan Ezequiel® integral germinado con sésamo (272 g) ○ 8 Rebanadas de pan de caja integral bajo en grasa (216 g) ○ 8 Rebanadas de pan de caja con suero de leche (216 g) ○ 8 Rebanadas de pan Bimbo® cero cero sin harina (224 g) ○ 8 Rebanadas de pan tipo Ezequiel (272 g) ○ 8 Piezas de pan de granos enteros Oroweat Thins multigrano® (340 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [97 g]	% DDR
ENERGÍA	265 kcal	256 kcal	13 %
GRASA	11 g	10 g	16 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	2 %
COLESTEROL	33 mg	32 mg	11 %
SODIO	313 mg	303 mg	13 %
H. CARBONO	27 g	27 g	9 %
AZÚCARES	1 g	1 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	5 g	5 g	21 %
PROTEÍNA	17 g	16 g	-