

## SÁNDWICH SIN GLUTEN DE JAMÓN COCIDO

 1 porción

### INGREDIENTES

- 2 Rebanadas de pan sin gluten molde Hacendado [52 g]
- 2 lonchas de jamón cocido, extra [60 g] certificado sin gluten.

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Añadir entre dos rebanadas de pan sin gluten certificado, 50-55 gramos de pan en total, unos 60 gramos de jamón cocido sin gluten.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (112 g)	% DDR
ENERGÍA	171 kcal	192 kcal	10 %
PROTEÍNA	12 g	14 g	28 %
H. CARBONO	13 g	15 g	6 %
AZÚCARES	2 g	2 g	2 %
GRASA	7 g	8 g	11 %
GRASAS SATURADAS	1 g	1 g	6 %
FIBRA ALIMENTARIA	4 g	4 g	17 %
SODIO	434 mg	486 mg	20 %