

## BOCADILLO DE LOMO EMBUCHADO

 1 porción

### INGREDIENTES

- 1 panecillo mediano de pan integral, de barra (60 g)
- 1 Ración de lomo embuchado Hacendado (31 g)

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Cortar el pan en dos rebanadas y añadir el lomo embuchado.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

|                   | POR 100 g | POR PORCIÓN (91 g) | % DDR |
|-------------------|-----------|--------------------|-------|
| ENERGÍA           | 228 kcal  | 207 kcal           | 10 %  |
| PROTEÍNA          | 19 g      | 17 g               | 34 %  |
| H. CARBONO        | 29 g      | 27 g               | 10 %  |
| AZÚCARES          | 2 g       | 2 g                | 2 %   |
| GRASA             | 3 g       | 3 g                | 4 %   |
| GRASAS SATURADAS  | 1 g       | 1 g                | 4 %   |
| FIBRA ALIMENTARIA | 5 g       | 4 g                | 17 %  |
| SODIO             | 871 mg    | 793 mg             | 33 %  |