

**PÃO, DOCE DE LEITE E BANANA**

Por Sandy Galvani.

 5 minutos 1 porção**INGREDIENTES**

- 1 fatia de pão de forma industrializado (25 g)
- 1 colher de sopa de doce de leite cremoso (25 g)
- 1 unidade de banana prata crua (65 g)
- 1/2 colher de chá de condimento, canela, pó (1 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Passe o doce de leite no pão.
- 2º Corte a banana em rodelas.
- 3º Acrescente a banana ao pão.
- 4º Acrescente a canela em pó.
- 5º Leve o pão a air fryer até dourar.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (116 g)	% DDR
ENERGIA	181 kcal	210 kcal	10 %
CARBOIDRATOS	39 g	45 g	15 %
PROTEÍNA	4 g	4 g	6 %
Gordura	2 g	2 g	4 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	1 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	3 g	10 %
SÓDIO	172 mg	200 mg	8 %