



## BOCADILLO DE ATÚN CON ACEITUNAS

### INGREDIENTES PARA 1 COMENSALES

- 60 g de pan
- 25 g de atún en lata con aceite vegetal
- 10 g de aceitunas sin hueso

### LA PREPARACIÓN

- Verter el atún en un bol y desmenuzar. Trocear las aceitunas sin hueso y mezclarlas con el atún.
- Rellenar el bocadillo.



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 31 g	Grasas 5.7 g
Kcal 225	Proteínas 11.4 g