



מתכון

כריך מלחם מקמח מלא עם גבינה
לבנה וחתיכות עגבנייה



0דק'

סה"כ זמן הכנה

כריך מלחם מקמח מלא עם גבינה לבנה וחתיכות עגבנייה

מצרכים:

2 פרוסות לחם מקמח מלא, גבינה לבנה או גבינת קוטג', עגבניה.

אופן ההכנה:

מכינים כריך וחוצים אותו לשניים. חותכים עגבנייה לקוביות ומוסיפים לצלחת.

הידעת כדאי לשלב דגנים מלאים מדי פעם כדי להרגיל את התינוק לטעמים.