

بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم



Pmdirin.com

# ساندویچ کالباس

تهیه، طبخ، عکس و

برنامه نویسی کامپیوتری تقدیمی است از :

خانم شهلا آقا محمد صادق حریر فروش و

آقای مرتضی مقیم اسلام

## ساندویچ بزرگ



نمایش تصویر

## ساندویچ کوچک



نمایش تصویر

خروج



# ساندویچ بزرگ کالباس



خروج

تصویر قبلی

اسلاید اول

کالری غذا

مواد لازم

مواد لازم برای ساندویچ بزرگ کالباس



با این مقدار مواد لازم  
به اندازه ۶ ساندویچ بزرگ از  
”ساندویچ کالباس“ خواهیم  
داشت.

صد گرم

**خیارشور**

نمایش تصویر

چهار عدد  
متوسط

**گوجه فرنگی**

نمایش تصویر

دوازده ورق ضخیم

**کالباس**

نمایش تصویر

۱۵۰ گرم

**کاهو**

نمایش تصویر

شش عدد بزرگ

**نان ساندویچی**

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

اسلاید اول

کالری غذا

طرز تهیه

مواد لازم برای ساندویچ بزرگ کالباس



چهار عدد گوجه فرنگی متوسط  
معادل ۲۵۰ گرم



مواد لازم برای ساندویچ بزرگ کالباس



شش عدد خیار شور متوسط  
جمعاً معادل صد گرم



مواد لازم برای ساندویچ بزرگ کالباس



شش عدد نان ساندویچی بزرگ  
جمعاً حدود ۷۵۰ گرم

نان در یک بشقاب میوه خوری قرار دارد.



مواد لازم برای ساندویچ بزرگ کالباس



دوازده ورق ضخیم کالباس  
جمعاً معادل ۵۰۰ گرم



مواد لازم برای ساندویچ بزرگ کالباس



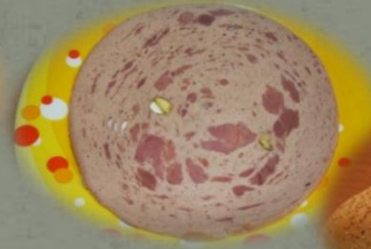
۱۵۰ گرم کاهو پاک کرده  
معادل ده برگ کاهو

کاهو خرد شده در یک بشقاب خورش خوری قرار دارد.





# طرز تهیه ساندویچ بزرگ کالباس



نان ساندویچی های بزرگ را برش داده، لای هر کدام دو ورق ضخیم کالباس، گوجه فرنگی لغزه شده، یک عدد خیار شور لغزه شده و کمی کاهو خورد شده قرار می دهیم.

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم

کالری غذا

# کالری موجود در ساندویچ بزرگ کالباس



مقدار کالری موجود در یک ساندویچ بزرگ کالباس  
**۵۶۰ کیلو کالری می باشد.**

ساندویچ در یک بشقاب میوه خوری قرار دارد.

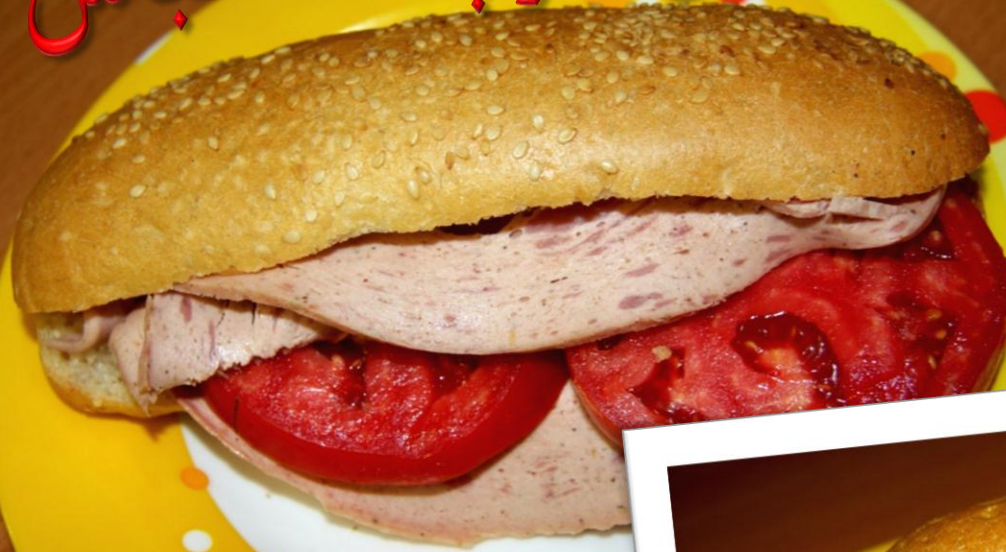
خروج

تصویر قبلی

اسلاید اول

مواد لازم

# ساندویچ کوچک کالباس



خروج

تصویر قبلی

اسلاید اول

کالری غذا

مواد لازم

# مواد لازم برای ساندویچ کالباس کوچک



با این مقدار مواد لازم  
به اندازه ۶ ساندویچ کوچک از  
”ساندویچ کالباس“ خواهیم  
داشت.

دو عدد متوسط

## گوجه فرنگی

نمایش تصویر

شش ورق ضخیم

## کالباس

نمایش تصویر

شش عدد کوچک

## نان ساندویچی

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

اسلاید اول

کالری غذا

طرز تهیه

مواد لازم برای ساندویچ کالباس کوچک



دو عدد گوجه فرنگی متوسط  
معادل ۱۲۰ گرم



مواد لازم برای ساندویچ کالباس کوچک



شش عدد نان ساندویچی کوچک (گرد یا دراز)  
نمایش داده شده در یک بشقاب میوه خوری  
جمعاً حدود ۳۰۰ گرم



مواد لازم برای ساندویچ کالباس کوچک



شش ورق ضخیم کالباس  
معادل ۲۵۰ گرم



# طرز تهیه ساندویچ کالباس کوچک



نان ساندویچی های کوچک را برش داده، لای هر کدام یک ورق ضخیم کالباس، گوجه فرنگی لغزه شده و در صورت دلخواه کاهو و خیارشور قرار می دهیم.

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم

کالری غذا



# کالری موجود در ساندویچ کالباس کوچک



مقدار کالری موجود در یک ساندویچ کوچک کالباس

**۲۳۰ کیلو کالری** می باشد.

ساندویچ در یک بشقاب میوه خوری قرار دارد.

