



## PANQUECA DE BANANA SEM AÇÚCAR

### INGREDIENTES

- Banana madura - 1 unidade
- Ovo - 1 unidade
- Aveia - 1 colher de sopa

### MODO DE FAZER

- Bater o ovo. Acrescentar a aveia e a banana amassada. Assar como panqueca americana.

### RENDIMENTO

- 2 porções

**Equipe Técnica de Nutricionistas**  
**Núcleo de Alimentação Escolar/SMEd**