

Cardápio de Lanches

DATA		BEBIDA	OPÇÃO CARBO	ACOMPANHAMENTO	STICK PROTEÍCO	FRUTA
1/9	Segunda-feira	Suco de laranja integral	Mini pão roseta	Manteiga	Palitinho de cenoura	Mamão
2/9	Terça-feira	Suco de uva integral	Mini bisnaga de leite	Manteiga	Tomate cereja	Melão
3/9	Quarta-feira	Suco de laranja integral	Mini pão de batata	Creme de ricota	Pepino	Morango
4/9	Quinta-feira	Suco de uva integral	Mini pão de queijo	Requeijão	Queijo branco	Kiwi
5/9	Sexta -feira	Suco de laranja integral	Bolo de banana integral + mini torrada	Manteiga	Milho	Uva sem semente
8/9	Segunda-feira	Suco de uva integral	Mini pão francês integral	Manteiga	Tomate cereja	Laranja
9/9	Terça-feira	Suco de laranja integral	Mini pão de milho	Creme de ricota	Palitinho de cenoura	Banana
10/9	Quarta-feira	Suco de uva integral	Mini pão de queijo	Manteiga	Snack	Maçã (purê)
11/9	Quinta-feira	Suco de laranja integral	Mini pão ciabatta	Requeijão	Tomate cereja	Melancia
12/9	Sexta -feira	Suco de uva integral	Muffin de cacau + mini pão sovado	Manteiga	Queijo branco	Mamão
15/9	Segunda-feira	Suco de laranja integral	Mini pão de mandioquinha	Manteiga	Milho	Melão
16/9	Terça -feira	Suco de uva integral	Mini pão sovado	Creme de ricota	Pepino	Morango
17/9	Quarta-feira	Suco de laranja integral	Mini pão de cenoura	Manteiga	Snack	Kiwi
18/9	Quinta-feira	Suco de uva integral	Mini pão de queijo	Requeijão	Queijo branco	Uva sem semente
19/9	Sexta-feira	Suco de laranja integral	Bolo formigueiro + mini torrada	Requeijão	Tomate cereja	Banana
22/9	Segunda-feira	Suco de uva integral	Mini pão francês	Manteiga	Pepino	Uva sem semente
23/9	Terça-feira	Suco de laranja integral	Mini pão sovado	Requeijão	Milho	Laranja
24/9	Quarta-feira	Suco de uva integral	Mini pão brioche	Manteiga	Snack	Banana
25/9	Quinta-feira	Suco de laranja integral	Mini pão de queijo	Manteiga	Palitinho de cenoura	Maçã (purê)
26/9	Sexta-feira	Suco de uva integral	Muffin de cenoura + Bisnaga de leite	Creme de ricota	Queijo branco	Melancia
29/9	Quinta-feira	Suco de laranja integral	Mini pão de queijo	Manteiga	Snack	Maçã (purê)
30/9	Sexta-feira	Suco de uva integral	Muffin de baunilha com leite ninho + Bisnaga de leite	Requeijão	Milho	Uva sem semente