

Cardápio de Lanches

DATA		BEBIDA	OPÇÃO CARBO	ACOMPANHAMENTO	STICK PROTEÍCO	FRUTA
02/09	Segunda feira	Suco de uva integral	Mini pão francês	Manteiga	Palitinho de cenoura	Uva sem semente
03/09	Terça feira	Suco de laranja integral	Ini pão sovado	Requeijão	Milho	Laranja
04/09	Quarta feira	Suco de uva integral	Mini pão brioche	Manteiga	Tomate cereja	Banana
05/09	Quinta feira	Suco de laranja integral	Mini pão de queijo	Manteiga	Pepino	Maçã (purê)
06/09	Sexta feira	Suco de uva integral	Muffin de baunilha com leite ninho + Bisnaga de leite	Creme de ricota	Queijo branco	Melancia
09/09	Segunda feira	Suco de laranja integral	Mini pão roseta	Manteiga	Palitinho de cenoura	Mamão
10/09	Terça feira	Suco de uva integral	Mini bisnaga de leite	Manteiga	Tomate cereja	Melão
11/09	Quarta feira	Suco de laranja integral	Mini pão de batata	Creme de ricota	Pepino	Morango
12/09	Quinta feira	Suco de uva integral	Mini pão de queijo	Requeijão	Queijo branco	Kiwi
13/09	Sexta feira	Suco de laranja integral	Bolo de banana integral + mini torrada	Manteiga	Milho	Uva sem semente
16/09	Segunda feira	Suco de uva integral	Mini pão francês integral	Manteiga	Tomate cereja	Laranja
17/09	Terça feira	Suco de laranja integral	Mini pão de milho	Creme de ricogta	Palitinho de cenoura	Banana
18/09	Quarta feira	Suco de uva integral	Mini pão de queijo	Manteiga	Pepino	Maçã (purê)
19/09	Quinta feira	Suco de laranja integral	Mini pão ciabatta	Requeijão	Tomate cereja	Melancia
20/09	Sexta feira	Suco de uva integral	Muffin de cacau + mini pão sovado	Manteiga	Queijo branco	Mamão
23/09	Segunda feira	Suco de laranja integral	Mini pão de mandioquinha	Manteiga	Milho	Melão
24/09	Terça feira	Suco de uva integral	Mini pão sovado	Creme de ricota	Pepino	Morango
25/09	Quarta feira	Suco de laranja integral	Mini pão de cenoura	Manteiga	Palitinho de cenoura	Kiwi
26/09	Quinta feira	Suco de uva integral	Mini pão de quejo	Requeijão	Queijo branco	Uva sem semente
27/09	Sexta feira	Suco de laranja integral	Bolo formigueiro + mini torrada	Requeijão	Tomate cereja	Banana
30/09	Segunda feira	Suco de uva integral	Mini pão francês	Manteiga	Pepino	Uva sem semente