



| DIA | LANCHE DA MANHÃ | kcal | Alergénios | LANCHE DA TARDE | Kcal | Alergénios |
|--------------|-----------------|------|----------------------------|------------------------|------|------------|
| SEGUNDA | Pão com: | | | Pão tigre: | | |
| | Manteiga | 136 | | Manteiga | 136 | |
| | Fiambre | 128 | | Fiambre | 128 | |
| | Fiambre de peru | 86 | | Fiambre de peru | 86 | |
| | Queijo | 116 | | Queijo | 116 | |
| | Chourição | 196 | | Chourição | 196 | |
| | Compota | 201 | | Compota | 201 | |
| Fruta | 45 | | Sumo de Fruta | 100 | | |
| TERÇA | Pão com: | | | Pão com: | | |
| | Manteiga | 136 | | Manteiga | 136 | |
| | Fiambre | 128 | | Fiambre | 128 | |
| | Fiambre de peru | 86 | | Fiambre de peru | 86 | |
| | Queijo | 116 | | Queijo | 116 | |
| | Chourição | 196 | | Chourição | 196 | |
| | Compota | 201 | | Compota | 201 | |
| Fruta | 45 | | logurte de aromas | 87 | | |
| QUARTA | Pão com: | | | Pão com: | | |
| | Manteiga | 136 | | Manteiga | 136 | |
| | Fiambre | 128 | | Fiambre | 128 | |
| | Fiambre de peru | 86 | | Fiambre de peru | 86 | |
| | Queijo | 116 | | Queijo | 116 | |
| | Chourição | 196 | | Chourição | 196 | |
| | Compota | 201 | | Compota | 201 | |
| Fruta | 45 | | Leite com chocolate | 124 | | |
| QUINTA | Pão com: | | | Pão de leite: | | |
| | Manteiga | 136 | | Manteiga | 158 | |
| | Fiambre | 128 | | Fiambre | 143 | |
| | Fiambre de peru | 86 | | Queijo | 173 | |
| | Queijo | 116 | | | | |
| | Chourição | 196 | | | | |
| | Compota | 201 | | logurte líquido | 125 | |
| Fruta | 45 | | | | | |
| SEXTA | Pão com: | | | Pão com: | | |
| | Manteiga | 136 | | Manteiga | 136 | |
| | Fiambre | 128 | | Fiambre | 128 | |
| | Fiambre de peru | 86 | | Fiambre de peru | 86 | |
| | Queijo | 116 | | Queijo | 116 | |
| | Chourição | 196 | | Chourição | 196 | |
| | Compota | 201 | | Compota | 201 | |
| Fruta | 45 | | Leite Simples | 94 | | |