















































DIA	LANCHE DA MANHÃ	kcal	Alergénios	LANCHE DA TARDE	Kcal	Alergénios
SEGUNDA	Pão com:			Pão tigre:		
	Manteiga	104		Manteiga	104	
	Fiambre	98		Fiambre	98	
	Fiambre de peru	77		Fiambre de peru	77	
	Queijo	95		Queijo	95	
	Chourição	109		Chourição	109	
	Compota	92		Compota	92	
Fruta	45		Sumo de Fruta	100		
TERÇA	Pão com:			Pão com:		
	Manteiga	104		Manteiga	104	
	Fiambre	98		Fiambre	98	
	Fiambre de peru	77		Fiambre de peru	77	
	Queijo	95		Queijo	95	
	Chourição	109		Chourição	109	
	Compota	92		Compota	92	
Fruta	45		logurte de aromas	87		
QUARTA	Pão com:			Pão com:		
	Manteiga	104		Manteiga	104	
	Fiambre	98		Fiambre	98	
	Fiambre de peru	77		Fiambre de peru	77	
	Queijo	95		Queijo	95	
	Chourição	109		Chourição	109	
	Compota	92		Compota	92	
Fruta	45		Leite com chocolate	124		
QUINTA	Pão com:			Pão de leite:		
	Manteiga	104		Manteiga	79	
	Fiambre	98		Fiambre	71	
	Fiambre de peru	77		Queijo	86	
	Queijo	95				
	Chourição	109				
	Compota	92		logurte líquido	125	
SEXTA	Pão com:			Tortilha de milho	53	
	Manteiga	104		Tiras de cenoura	14	
	Fiambre	98				
	Fiambre de peru	77				
	Queijo	95				
	Chourição	109				
	Compota	92				
Fruta	45					