



DIA	LANCHE DA MANHÃ	kcal	Alergénios	LANCHE DA TARDE	Kcal	Alergénios
SEGUNDA	Bolacha Maria	109	  	flocos de aveia com iogurte natural e puré de fruta	212	     
	Fruta	45				
TERÇA	Pão com:			brioche de leite:		
	Manteiga	104	 	Manteiga	104	 
	Fiambre	98	 	Fiambre	98	 
	Fiambre de peru	77	  	Queijo	95	 
	Queijo	95	 	Sumo de laranja	100	
QUARTA	Bolachas de água e sal	109	  	Cereais de milho	112	
				Leite simples	94	
QUINTA	Pão com:			Pão de leite com:		
	Manteiga	104	 	Manteiga	79	 
	Fiambre	98	 	Fiambre	71	 
	Queijo	95	 	Queijo	86	 
				Iogurte Líquido	125	
SEXTA	Tortilha de milho	53		Pão com:		 
	Tiras de cenoura	14		Manteiga	104	 
				Fiambre	98	 
				Fiambre de peru	77	  
				Queijo	95	 
				Leite com chocolate	124	