



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