



DIA	LANCHE DA MANHÃ	kcal	Alergénios	LANCHE DA TARDE	Kcal	Alergénios
SEGUNDA	Bolacha Maria	109		Pão Tigre com: Manteiga Fiambre Queijo Sumo de Laranja	104	
	Fruta	45			98	
					95	
					90	
TERÇA	Pão com:	104		Flocos de aveia com iogurte natural e puré de fruta	212	
	Manteiga	98				
	Fiambre	77				
	Fiambre de peru	95				
QUARTA	Bolachas de água e sal	109		Cereais de milho	112	
		Leite simples		94		
QUINTA	Pão com:	104		Pão de leite com: Manteiga Fiambre Queijo Iogurte Líquido	79	
	Manteiga	98				
	Fiambre	95				
	Queijo				125	
SEXTA	Tortilha de milho	53		Pão com: Manteiga Fiambre Fiambre de peru Queijo Leite simples	104	
	Tiras de cenoura	14				