



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