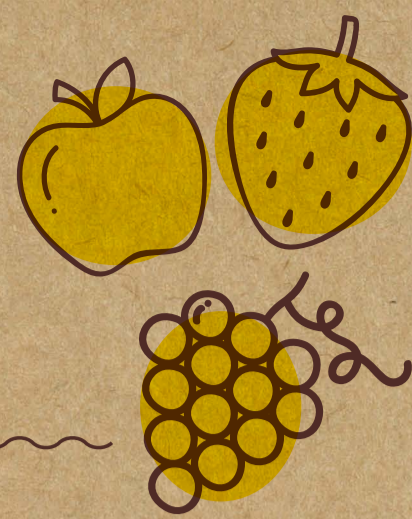


# CARDÁPIO DE LANCHE

julho  
agosto



		<b>31 QUARTA-FEIRA</b> Torrada integral Creme de ricota Geleia Suco de limão Ponkan	<b>1 QUINTA-FEIRA</b> Cookie de cacau Bolacha de arroz Milho Banana	<b>2 SEXTA-FEIRA</b> Bolacha 3 cereais Queijo minas padrão Leite com cacau Maçã
<b>5 SEGUNDA-FEIRA</b> Pão de leite Queijo minas Requeijão Maçã Suco de uva	<b>6 TERÇA-FEIRA</b> Francês com gergelim Creme de ricota Tomate Uva / Kiwi Leite com ovomaltine	<b>7 QUARTA-FEIRA</b> Chipa Pera Laranja Água de coco	<b>8 QUINTA-FEIRA</b> Biscoito de morango Bolacha integral Banana Iogurte	<b>9 SEXTA-FEIRA</b> Bolo de abobrinha Ponkan Maçã
<b>12 SEGUNDA-FEIRA</b> Torrada integral Manteiga Tomatinho Pepino Laranja	<b>13 TERÇA-FEIRA</b> Ciabata Queijo minas Requeijão Maçã Leite com cacau	<b>14 QUARTA-FEIRA</b> Bolo mesclado Uva / Pera	<b>15 QUINTA-FEIRA</b> Batata bolinha com queijo Milho cozido Kiwi Maçã	<b>16 SEXTA-FEIRA</b> Magic toast integral Creme de ricota Geleia Banana Suco de maracujá
<b>19 SEGUNDA-FEIRA</b> Pão francês Azeite aromatizado Maçã Suco de limão	<b>20 TERÇA-FEIRA</b> Bolacha 3 cereais Requeijão Uva Pera Iogurte	<b>21 QUARTA-FEIRA</b> Bolachinha de azeite Bananinha Kiwi Ponkan Suco de uva	<b>22 QUINTA-FEIRA</b> Bolachinha de arroz Cookie integral Laranja Melão	<b>23 SEXTA-FEIRA</b> Bolo de laranja Banana Leite com maracujá
<b>26 SEGUNDA-FEIRA</b> Pão sem casca Queijo minas Geleia Ponkan Suco de maracujá	<b>27 TERÇA-FEIRA</b> Bolachinha integral Bolachinha de morango Uva Suco de laranja com acerola	<b>28 QUARTA-FEIRA</b> Batata lavada Batata doce assadas Laranja Pera Suco de uva	<b>29 QUINTA-FEIRA</b> Cereal de mel Iogurte Banana	<b>30 SEXTA-FEIRA</b> Bolo de limão Maçã Banana

# VOLTA ÀS AULAS

Bem-vindos

PREFIRA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA TER ENERGIA DURANTE TODO O SEMESTRE.