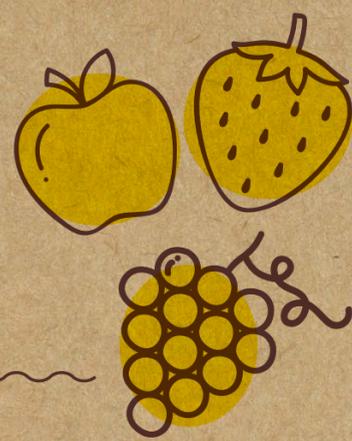


CARDÁPIO DE LANCHE

julho
agosto



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

VOLTA ÀS AULAS

Bem-vindos

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