

Mapa de Lanches de 11 de julho a 12 de agosto de 2022

Lanches para o grupo de + 2 anos

	11 a 15 de julho 1ª SEMANA	18 a 22 de julho 2ª SEMANA	25 a 29 de julho 3ª SEMANA	1 a 5 de agosto 4ª SEMANA	8 a 12 de agosto 5ª SEMANA
SEGUNDA	1 logurte sólido de aroma + 1 Pão de mistura com manteiga	200ml de leite com cevada + Torradas com manteiga	1 logurte sólido de aroma + 1 Pão de mistura com fiambre	200ml de leite simples + 1 Pão com marmelada	1 logurte sólido de aroma + 1 Pão de mistura com manteiga
TERÇA	200ml de leite simples + 1 Pão de mistura com doce	1 logurte sólido de aroma + 1 Pão de mistura com manteiga	200ml de leite simples + 1 Pão de leite com manteiga	1 logurte sólido de aroma + 1 Pão de mistura com queijo	200ml de leite com cevada + 1 pão de mistura com marmelada
QUARTA	1 logurte sólido de aroma + 5 bolachas maria	200ml de leite simples + 1 Pão com marmelada	200ml de leite com cevada + Torradas com manteiga	200ml de leite com cevada + 1 Pão de mistura com manteiga	1 logurte sólido de aroma + Torradas com manteiga
QUINTA	200ml de leite com cevada + Torradas com manteiga	1 logurte sólido de aroma + 1 Pão de mistura com queijo	1 logurte sólido de aroma + 5 bolachas maria	1 logurte sólido de aroma + 1 pão de leite com manteiga	200ml de leite simples + 1 Pão de mistura com manteiga
SEXTA	200ml de leite simples + 1 Pão de mistura com fiambre	200ml de leite simples com cereais (Estrelitas)	200ml de leite simples + 1 Pão de mistura com doce	200ml de leite com cevada + Torradas com manteiga	1 logurte sólido de aroma + 1 Pão de mistura com queijo

Nutricionista