

Lancheira Castanheiras

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
1 Pão de queijo Suco de limão Maçã/ Mamão	2 Pão francês com requeijão Suco de laranja Melão/ Melancia	3 Bolo de laranja Leite batido com cacau (opção: suco) Uva/ Banana	4 Bisnaga de leite caseira com peru Suco de uva Laranja/ Pera Degustação: smoothie de fruta	5 Enroladinho de queijo Suco de morango Tangerina/ Caqui
8 Pão sovado com manteiga (opção: requeijão) Suco de maracujá Melão/ Maçã	9 Waffle de aveia com mel (a parte) Suco de morango Mamão/ Melancia	10 Milho Água de coco (opção: suco) Ameixa/ Laranja Degustação: Bolo de iogurte	11 Mini pão francês integral com queijo Suco de Limão Tangerina/ Uva	12 Lanche margherita Suco de Tangerina Banana/ Kiwi
15 Torrada de pão com mel Suco de uva Melancia/ Mamão	16 Lanche natural no mini pão sírio Suco de maracujá Melão/ Maçã	17 Bolinho de chuva assado Leite batido com cacau (opção: suco) Uva/ Abacaxi	18 Grissini de queijo Suco de limão Ameixa/ Banana	19 FERIADO
22 Pão de queijo Suco de maracujá Abacaxi/ Maçã	23 Pão de batata com queijo Suco de laranja Melancia/ Melão Degustação: barrinha cereal caseira	24 Biscoito caseiro com goiabada Vitamina de abacate (opção: suco) Banana/ Ameixa	25 Pão de mandioquinha com manteiga (opção: requeijão) Suco de uva Tangerina/ Pera	26 Milho Água de coco (opção: suco) Uva/ Mamão
29 Mini croissant com geleia caseira Suco de limão Mamão /Melancia	30 Bolo de cenoura Suco de uva Melão/ Maçã			