

SEMANA 1

SEGUNDA

Mini francês com manteiga

Biscoito maria

Achocolatado

Fruta de época

TERÇA

Cheeseburger vegetariano

Rosquinha de coco

Suco natural

Fruta de época

QUARTA

Torta de queijo com
tomate cereja

Gelatina

Suco natural

Fruta de época

QUINTA

Bolo de cenoura

Pipoca

Suco natural

Fruta de época

SEXTA

Pizza crocante com
batata palha

Biscoito integral

Suco natural

Fruta de época

SEMANA 2

SEGUNDA

Pão de queijo

Sucrilhos bola

Iogurte de morango

Fruta de época

TERÇA

Bisnaguinha prensada
com doce de leite

Biscoito polvilho

Suco natural

Fruta de época

QUARTA

Sanduíche pão fatiado
com creme de ricota

Biscoito de aveia

Suco natural

Fruta de época

QUINTA

Bolo mármore

Pipoca

Suco natural

Fruta de época

SEXTA

Palitos folhados de queijo

Cookies

Suco natural

Espetinho de frutas

SEMANA 3

SEGUNDA

Mini pão de leite com
ovinho mexido

Biscoito integral

Suco natural/chá

Fruta de época

TERÇA

Bolo formigueiro

Pipoca

Suco de soja

Fruta de época

QUARTA

Batatinha smiles

Rosquinha de milho

Suco natural/chá

Fruta de época

QUINTA

Pizza integral

Barra de cereal

Suco natural/chá

Fruta de época

SEXTA

Mini francês com queijo

Bolacha de amendoim

Suco natural/chá

Melancia no palito

SEMANA 4

SEGUNDA

Pipoca

Bisnaguinha co creme de avelã

Suco natural/chá

Fruta de época

TERÇA

Folhado de maçã

Biscoito salgado

Suco natural/chá

Fruta de época

QUARTA

Pão de queijo

Sucrilhos flocos

Iogurte de coco

Fruta de época

QUINTA

Mini pão de batata
com requeijão

Biscoito de leite

Suco natural/chá

Fruta de época

SEXTA

Bolo de chocolate

Biscoito de polvilho

Suco natural/chá

Fruta de época

SEMANA 5

SEGUNDA

Pão ao forno
com molho e queijo

Biscoito integral

Suco natural/chá

Fruta de época

TERÇA

Bolo de laranja
com cobertura de chocolate

Pipoca

Chocolate quente

Fruta de época

QUARTA

Mini esfirra carne e soja

Goiabinha

Suco natural/chá

Fruta de época

QUINTA

Pão francês
com cream cheese

Biscoito amanteigado

Suco natural/chá

Fruta de época

SEXTA

Torta de queijo
com espinafre

Biscoito maria

Leite fermentado

Fruta de época