

# Lanchinhos

**Segunda-Feira**



**Terça-Feira**



**Quarta-Feira**



**Quinta-Feira**



**Sexta-Feira**



**Energéticos**

Pão com requeijão e queijo

Bolinho de cacau

Biscoite de arroz

Pão de queijo de frigideira

Bolinho de Laranja

**Reguladores**

Manga

Tangerina, tomatinho e cenourinhas

Geleia caseira de morango e maçã

Banana

Pera e Tomatinhos

**Construtores**

Leite

Queijo coalho

Leite

Leite batido com morangos

Leite

Água

Castanhas de caju

