



CARDÁPIO LANCHES -EIC - OUTUBRO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA 1	SEXTA FEIRA 2
MANHÃ				Mamão pão com queijo mussarela	Melão Mini pão de queijo
TARDE				Suco de maçã integral churros assado Banana	Suco de laranja 100% integral Cookies caseiro de limão Salada de frutas
HORA DA FRUTA				Fruta da estação	Fruta da estação

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	5	6	7	8	9
MANHÃ	Maça Queijo quente	Mamão Muffin de baunilha	Laranja Torradinha com queijo cremoso	Melão Panqueca de banana	Uva sem semente Waffe tradicional
TARDE	Suco de laranja integral 100% Mini donuts Manga	Iogurte de frutas Cereais de milho Melão	Suco de manga natural Bolinho de cenoura Maça	Suco de uva integral sem açúcar Rosquinha de polvilho Mamão	Suco de laranja e morango natural Cookies de cacau 70% Banana
HORA DA FRUTA	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	12	13	14	15	16
MANHÃ	Sem aulas	Sem aulas	Banana Mini donuts caseiro	Salada de frutas Waffe de cacau 70%	Melão Rocambole de frutas vermelhas
TARDE	Sem aulas	Sem aulas	Suco de uva integral sem açúcar Palito de queijo assado Maça	Suco de laranja e morango natural Batata sorisso assada Uva sem semente	Iogurte de frutas Cereais de milho Salada de frutas
HORA DA FRUTA			Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação