



Um espaço moderno e agradável que estimula de forma criativa e inteligente a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

sodexo
SERVIÇOS DE QUALIDADE DE VIDA

DEZEMBRO 2020

| DATA | DIA DA SEMANA | LANCHE | OPÇÃO | FRUTA | SUCO |
|--------|---------------|-------------------|----------------|--------------|---------------------|
| 30-Nov | SEG | PÃO DE QUEIJO | *** | MAÇÃ | ÁGUA DE COCO |
| 01-Dec | TER | BISCOITO POLVILHO | CENOURA PALITO | UVA THOMPSON | SUCO DE LARANJA |
| 02-Dec | QUA | BOLO DE LARANJA | PIPOCA | PÊSSEGO | IOGURTE DE MORANGO |
| 03-Dec | QUI | FOLHADO DE QUEIJO | *** | BANANA | ÁGUA DE COCO |
| 04-Dec | SEX | LANCHE COM FRIOS | *** | PÊRA | SUCO DE LARANJA |
| 05-Dec | SAB | | | | |
| 06-Dec | DOM | | | | |
| 07-Dec | SEG | PÃO DE QUEIJO | *** | MAÇÃ | ÁGUA DE COCO |
| 08-Dec | TER | EMPADA DE FRANGO | *** | BANANA | LEITE COM CACAU 50% |
| 09-Dec | QUA | BOLO DE CENOURA | PIPOCA | UVA THOMPSON | SUCO DE LARANJA |
| 10-Dec | QUI | CEREAL SEM AÇÚCAR | *** | BANANA | IOGURTE DE MORANGO |
| 11-Dec | SEX | LANCHE COM FRIOS | *** | PÊRA | SUCO DE LARANJA |
| 12-Dec | SAB | | | | |
| 13-Dec | DOM | | | | |
| 14-Dec | SEG | PÃO DE QUEIJO | *** | MAÇÃ | ÁGUA DE COCO |
| 15-Dec | TER | CEREAL SEM AÇÚCAR | *** | BANANA | IOGURTE DE MORANGO |
| 16-Dec | QUA | BOLO DE CHOCOLATE | *** | MAÇÃ | SUCO DE LARANJA |
| 17-Dec | QUI | COOKIE DE AVEIA | *** | UVA THOMPSON | ÁGUA DE COCO |
| 18-Dec | SEX | LANCHE COM FRIOS | *** | BANANA | SUCO DE LARANJA |



Um espaço moderno e agradável que estimula de forma criativa e inteligente a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

sodexo
SERVIÇOS DE QUALIDADE DE VIDA

DECEMBER

| DATE | DAY OF WEEK | SNACK | OPTION | FRUIT | DRINK |
|--------|-------------|--------------------|----------|--------|-------------------|
| 30-Nov | MON | CHEESE BREAD | *** | APPLE | COCONUT WATER |
| 1 | TUE | "POLVILHO" BISCUIT | CARROT | GRAPE | ORANGE JUICE |
| 2 | WED | ORANGE CAKE | POP CORN | PEACH | STRAWBERRY YOGURT |
| 3 | THU | "FOLHADO" CHEESE | *** | BANANA | COCONUT WATER |
| 4 | FRI | BREAD W/ COLD CUTS | *** | PEAR | ORANGE JUICE |
| 5 | SAT | | | | |
| 6 | SUN | | | | |
| 7 | MON | CHEESE BREAD | *** | APPLE | COCONUT WATER |
| 8 | TUE | CHICKEN "EMPADA" | *** | BANANA | 50% COCOA MILK |
| 9 | WED | CARROT CAKE | POP CORN | GRAPE | ORANGE JUICE |
| 10 | THU | SUGAR FREE CEREAL | *** | BANANA | STRAWBERRY YOGURT |
| 11 | FRI | BREAD W/ COLD CUTS | *** | PEAR | ORANGE JUICE |
| 12 | SAT | | | | |
| 13 | SUN | | | | |
| 14 | MON | CHEESE BREAD | *** | APPLE | COCONUT WATER |
| 15 | TUE | SUGAR FREE CEREAL | *** | BANANA | STRAWBERRY YOGURT |
| 16 | WED | CHOCOLATE CAKE | *** | APPLE | ORANGE JUICE |
| 17 | THU | OATMEAL COOKIE | *** | GRAPE | COCONUT WATER |
| 18 | FRI | BREAD W/ COLD CUTS | *** | BANANA | ORANGE JUICE |