



Snack

EY & G1

SEPTEMBER /2026



MONDAY

31

PÃO DE QUEIJO
RESTRICTION:
PARSNIP BREAD
GRAPE TOMATOES
ORANGE MELON
YOGURT

TUESDAY

01

BEEF SFIHA
RESTRICTION: RICE
CAKES WITH JAM
CUCUMBER
APPLE
YOGURT

WEDNESDAY

02

TAPIOCA WITH CREAM
CHEESE AND JAM
RESTRICTION: TAPIOCA
BOAT WITH JAM
QUAIL EGGS
WATERMELON
COCONUT WATER

THURSDAY

03

SUGAR-FREE BANANA
AND CHOCOLATE CAKE
RESTRICTION:
EGG-FREE,
GLUTEN-FREE AND
DAIRY-FREE CAKE
BANANA WITH HONEY
AND OATS
BABY CARROTS
YOGURT

FRIDAY

04

BREAD WITH BUTTER
RESTRICTION: EGG-FREE,
GLUTEN-FREE AND
DAIRY-FREE SANDWICH
WHITE CHEESE
GREEN APPLE
COCONUT WATER

07

PÃO DE QUEIJO
RESTRICTION: GLUTEN-F
REE AND
LACTOSE-FREE BREAD
WITH JAM
CUCUMBER
YOGURT

08

BEEF SFIHA
RESTRICTION:
GLUTEN AND LACTOSE
FREE BREAD
CARROTS
PAPAYA
COCONUT WATER

09

APPLE CAKE
SWEETENED WITH
DATES
RESTRICTION:
EGG-FREE AND
GLUTEN-FREE CAKE
QUAIL EGG
WATERMELON
COCONUT WATER

10

WAFFLE WITH
HONEY AND CHEESE
RESTRICTION:
GLUTEN AND
LACTOSE FREE
BREAD
GRAPES
CHERRY TOMATOES
YOGURT

11

CHICKEN PIE
RESTRICTION:
GLUTEN AND LACTOSE
FREE BREAD
CORN
APPLE
WATER FLAVORED WITH
PINEAPPLE

14

BREAD WITH
COTTAGE CHEESE
RESTRICTION: RICE
BISCUITS WITH JAM
BANANA
MOZZARELLA CHEESE
YOGURT

15

APPLE CAKE
RESTRICTION:
GLUTEN AND LACTOSE
FREE CAKE
QUAIL EGGS
WATERMELON
COCONUT WATER

16

OATMEAL COOKIE
WHITE CHEESE
GRAPES
COCONUT WATER

17

TORTILLA WITH WHITE
CHEESE
GRATED CARROTS
BUFFALO MOZZARELLA
WATERMELON
GRAPE JUICE

18

PÃO DE QUEIJO
RESTRICTION:
CASSAVA
BREAD
CUCUMBER
MANGO
COCONUT WATER

21

PÃO DE QUEIJO
RESTRICTION:
CASSAVA BREAD
CHERRY TOMATOES
WATERMELON
YOGURT

22

BREAD WITH
WHITE CHEESE
RESTRICTION: RICE
BISCUITS WITH JAM
BANANA
CARROTS
YOGURT

23

TAPIOCA WITH CREAM
CHEESE AND JELLY
BUFFALO MOZZARELLA
ORANGE
COCONUT WATER

24

APPLE CAKE
RESTRICTION:
GLUTEN AND LACTOSE
FREE CAKE
QUAIL EGGS
WATERMELON
COCONUT WATER

25

BREAD WITH CREAM
CHEESE
RESTRICTION:
GLUTEN AND LACTOSE
FREE BREAD WITH
JAM
BANANA
CUCUMBER
YOGURT

28

CHIPA
RESTRICTION:
MANIOC BREAD
ORANGE
MOZZARELLA
CHEESE
COCONUT WATER

29

SFIHA WITH CHEESE
RESTRICTION:
TAPIOCA WITH JELLY
CARROTS
GRAPES
YOGURT

30

BANANA CAKE
RESTRICTION:
GLUTEN AND LACTOSE
FREE CAKE
QUAIL EGGS
WATERMELON
COCONUT WATER

*Primary & Secondary students receive a daily selection of fruit.



Lanche

EY & G1

SETEMBRO/ 2026

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

31

PÃO DE QUEIJO
RESTRIÇÃO: PÃO DE
MANDIOQUINHA
TOMATE GRAPE
MELÃO ORANGE
IOGURTE

01

ESFIHA DE CARNE
RESTRIÇÃO: BISCOITO DE
ARROZ COM GELEIA
PEPINO
MAÇÃ
IOGURTE

02

BARQUINHA DE TAPIOCA
COM REQUEIJÃO E GELEIA
RESTRIÇÃO: BARQUINHA
DE TAPIOCA COM GELEIA
OVO DE CODORNA
MELANCIA
ÁGUA DE COCO

03

BOLO SEM AÇÚCAR
DE BANANA COM
CHOCOLATE
RESTRIÇÃO: BOLO SEM
OVO, SEM GLÚTEN E SEM
LEITE
BANANA COM MEL E AVEIA
CENOURA BABY
IOGURTE

04

PÃO DE FORMA
COM MANTEIGA
RESTRIÇÃO:
SANDUÍCHE SEM OVO,
SEM GLÚTEN E SEM
LEITE
QUEIJO BRANCO
MAÇÃ VERDE
ÁGUA DE COCO

07

FERIADO

08

ESFIHA DE CARNE
RESTRIÇÃO: PÃO DE
MANDIOQUINHA
PAPAIA
CENOURA
IOGURTE

09

BOLO DE MAÇA
ADOÇADO COM
TAMARA
RESTRIÇÃO: BOLO
SEM
OVO E GLÚTEM
OVO DE CODORNA
MELANCIA
ÁGUA DE COCO

10

WAFFLE COM MEL E
COTTAGE
RESTRIÇÃO: PÃO DE
MANDIOQUINHA
UVA THOMPSON
TOMATE GRAPE
ÁGUA DE COCO

11

TORTINHA DE FRANGO
RESTRIÇÃO: SANDUICHE
DE FRANGO SEM
GLÚTEN E LACTOSE
MILHO
MAÇÃ
ÁGUA SABORIZADA COM
ABACAXI

14

PÃO DE LEITE COM
REQUEIJÃO
RESTRIÇÃO:
PÃO SEM GLÚTEN E
LACTOSE COM
GELEIA
BANANA
QUEIJO MOZZARELLA
IOGURTE

15

BOLO DE CENOURA
ADOÇADO COM
TAMARA
RESTRIÇÃO: BOLO SEM
OVO E GLÚTEM
OVO DE CODORNA
MELANCIA
ÁGUA DE COCO

16

COOKIE DE AVEIA
(RESTRIÇÃO: COOKIE SEM
GLÚTEN E LACTOSE
UVA
QUEIJO MINAS
ÁGUA DE COCO

17

TORTILLA COM REQUEIJÃO
E CENOURA RALADA
MOZZARELLA DE BÚFALA
MELANCIA
SUCO DE UVA INTEGRAL

18

PÃO DE QUEIJO
RESTRIÇÃO: PÃO DE
MANDIOQUINHA
PEPINO
MANGA
IOGURTE

21

PÃO DE QUEIJO
RESTRIÇÃO: PÃO DE
MANDIOQUINHA
TOMATE CEREJA
MELANCIA
IOGURTE

22

PÃO DE LEITE COM
QUEIJO BRANCO
RESTRIÇÃO: BISCOITO
DE ARROZ COM GELEIA
BANANA
CENOURA
IOGURTE

23

BARQUINHA DE
TAPIOCA
COM REQUEIJÃO,
GELEIA, HOMMUS
LARANJA
MOZZARELLA DE
BÚFALA
ÁGUA DE COCO

24

BOLO DE MAÇA
ADOÇADO COM TÂMARA
RESTRIÇÃO: BOLO DE
MAÇA SEM GLÚTEN E
SEM LACTOSE
UVA
OVOS DE CODORNA
ÁGUA DE COCO

25

PÃO ROSETTA COM
QUEIJO MINAS E TOMATE
RESTRIÇÃO: BARQUINHA
DE TAPIOCA COM GELEIA
BANANA PRATA
PEPINO
IOGURTE

28

CHIPA
RESTRIÇÃO: BOLINHO
VEGETAL DE QUEIJO
LARANJA
QUEIJO MUSSARELA
ÁGUA DE COCO

29

ESFIHA DE QUEIJO
RESTRIÇÃO: PÃO DE
MANDIOQUINHA
UVA
CENOURA BABY
IOGURTE

30

BOLO DE BANANA
ADOÇADO COM
TAMARA
RESTRIÇÃO: BOLO SEM
OVO E GLÚTEM
OVO DE CODORNA
MELANCIA
ÁGUA DE COCO