# CARDÁPIO SETEMBRO - CAFÉ DA MANHÃ

| | *2ª Feira (14/09/2026)* | *3ª Feira (15/09/2026)* | *4ª Feira (16/09/2026)* | *5ª Feira (17/09/2026)* | *6ª Feira (18/09/2026)* | *Sábado (19/09/2026)* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Bebidas** | Café (180mL) **OU** Chá mate (180mL) | Café (180mL) **OU** Chá erva doce (180mL) | Café (180mL) **OU** Chá canela (180mL) | Café (180mL) **OU** Chá alecrim(180mL) | Café (180mL) **OU** Chá mate (180mL) | Café (180mL) **OU** Chá erva doce (180mL) |
| | Leite integral (200mL) **OU** Leite vegetal soja (200mL) | Leite integral (200mL) **OU** Leite vegetal coco(200mL) | Leite integral (200mL) **OU** Leite vegetal amêndoa (200mL) | Leite integral (200mL) **OU** Leite vegetal soja (200mL) | Leite integral (200mL) **OU** Leite vegetal coco(200mL) | Leite integral (200mL) **OU** Leite vegetal amêndoa (200mL) |
| **Panificação** | Pão francês (1 unidade) **OU** Sequilhos (50g) | Pão francês (1 unidade) **OU** Bolo de chocolate (70g) | Pão francês (1 unidade) **OU** Mané pelado (70g) | Pão francês (1 unidade) **OU** Pão de queijo (50g) | Pão francês (1 unidade) **OU** Rosca (50g) | Pão francês (1 unidade) **OU** Broa de milho (50g) |
| **Gordura** | Creme vegetal (15g) | Creme vegetal (15g) | Creme vegetal (15g) | Creme vegetal (15g) | Creme vegetal (15g) | Creme vegetal (15g) |
| **Complemento 1** | Ovo mexido (50g) | Ovo mexido (50g) | Ovo mexido (50g) **OU** Queijo prato (40g) | Ovo mexido (50g) | Ovo mexido (50g) | Ovo mexido (50g) **OU** Iogurte natural (90g) |
| **Complemento 2** | | Vitamina de maçã (90g) | | | Antepasto de berinjela (50g) | - |
| **Fruta** | Laranja (150g) | Banana (150g) | Maçã (150g) | Mamão (150g) | Melão (150g) | Laranja (150g) |
| **Achocolatado** | Achocolatado em pó solúvel (20g) | Achocolatado em pó solúvel (20g) | Achocolatado em pó solúvel (20g) | Achocolatado em pó solúvel (20g) | Achocolatado em pó solúvel (20g) | Achocolatado em pó solúvel (20g) |