

EMENTA SEMANAL DOS LANCHES - MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ



18 a 22 de Setembro

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Lanches	Leite simples+ pão de mistura com manteiga	286	68	1,6	0,8	5,6	0,2
Lanche vegetariano	Bebida de soja simples+pão de mistura com manteiga de amendoim	490	117	2	1	13	0,1
Lanches	logurte sólido de aromas+ 1 pão de mistura com queijo creme	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
Lanche vegetariano	1 banana+1 pão de mistura com "queijo vegan"	301	72	1	7	1	0,1
Lanches	Leite simples+ cereais de milho e trigo integrias+ 1 peça de fruta	593	142	1,7	0,1	1,2	0,3
Lanche vegetariano	Bebida de soja simples+ cereais de milho e trigo integrais+1 peça de fruta	545	130	4	1	5	0,5
Lanches	logurte liquido de aromas+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
Lanche vegetariano	"logurte" líquido de soja+pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
Lanches	1 DI Puré de maçã+ 1 pão de mistura com "queijo" vegan	403	117	0,8	0,4	8,1	0,4
Lanche vegetariano	1 DI de Puré de maçã+ 1 pão de mistura com queijo vegan	403	117	1	0	8	0,4

