

BEBIDAS

Café
Leite
Água
Achocolatado
Chá (Camomila, Boldo ou Verde)
Suco (Laranja ou Uva)

GELEIAS & TEMPEROS

Açúcar
Adoçante Sucralose
Geleia (Goiaba ou Morango)
Mel
Manteiga (com ou sem sal)
Sal
Pimenta

PÃES

Francês
Integral
Rústico
Croissant
Pão de Queijo

OVO

Ovos Mexidos

FRIOS

Queijo Mussarela
Presunto Magro
Salame
Queijo Colonial
Iogurte de Morango

FRUTAS

Mamão
Banana

CONFEITARIA

Muffim de Chocolate
Muffim de Frutas
Biscoitos

CEREAIS

Granola
Sucrilhos
Aveia

Bom apetite!