

**Colégio João XXIII – Ensino Fundamental  
Outubro/2022**



**Lanches**

	<b>Segunda – 03</b>	<b>Terça – 04</b>	<b>Quarta – 05</b>	<b>Quinta – 06</b>	<b>Sexta – 07</b>
tarde	Suco Pastel assado de carne	Suco Bolo de cacau com beterraba	Água aromatizada Sanduíche de queijo (pão massinha)	logurte Cookies caseiro	Água aromatizada Pão caseiro com pastinha de frango *opção requeijão
	<b>Segunda – 10</b>	<b>Terça – 11</b>	<b>Quarta – 12</b>	<b>Quinta – 13</b>	<b>Sexta – 14</b>
tarde	Água aromatizada Bolo de cenoura com cobertura de chocolate	logurte Pão de queijo	<i>Feriado</i>	Suco Cachorrinho saudável (pão massinha)	Suco Fondue de frutas no pote Pipoca
	<b>Segunda – 17</b>	<b>Terça – 18</b>	<b>Quarta – 19</b>	<b>Quinta – 20</b>	<b>Sexta – 21</b>
tarde	Suco Pão de batata	logurte Bolo de limão	Água aromatizada Pizza de queijo	Suco Pão massinha com requeijão *opção mel	Água aromatizada Mini prensado
	<b>Segunda – 24</b>	<b>Terça – 25</b>	<b>Quarta – 26</b>	<b>Quinta – 27</b>	<b>Sexta – 28</b>
tarde	Água aromatizada Esfiha de carne	Suco Bolo de laranja	Água aromatizada Pastel assado de frango	Suco Pão caseiro de beterraba com requeijão * opção de doce de leite	logurte Muffin de baunilha com gotas de chocolate
	<b>Segunda – 31</b>				
tarde	Suco Pizza de frango				

**Observações:**

- Os sucos oferecidos são de polpa de fruta concentrada.
- Diariamente, como opção de lanche, será oferecido leite com a opção de achocolatado e cacau.
- Diariamente, serão oferecidas frutas da estação.
- Todos os sanduíches acompanham alface, tomate e requeijão.
- Esse cardápio está sujeito a alterações.

Livia Lessa Leães  
Nutricionista – CRN2 10861  
Cantina AZ & Brasil

Responsável pela revisão  
Joseane Ruschel Mancio  
Nutricionista CRN 2 4510