

Colégio João XXIII – Ensino Fundamental
Novembro/2022
Lanches



		Terça – 01	Quarta – 02	Quinta – 03	Sexta – 04
tarde		Suco Pão caseiro com requeijão *opção de mel	Feriado	Água aromatizada Pastel assado de carne	logurte Cookies caseiro
	Segunda – 07	Terça – 08	Quarta – 09	Quinta – 10	Sexta – 11
tarde	Água aromatizada Pão de queijo	logurte Bolo formigueiro de cenoura	Suco Pizza de frango	Água aromatizada Cachorrinho saudável (pão massinha)	Suco Pão caseiro com geleia de fruta *opção requeijão
	Segunda – 14	Terça – 15	Quarta – 16	Quinta – 17	Sexta – 18
tarde	-x-	Feriado	Suco Esfira de carne	Água aromatizada Bolo mármore	Suco Pão de batata
	Segunda – 21	Terça – 22	Quarta – 23	Quinta – 24	Sexta – 25
tarde	Água aromatizada Sanduíche de queijo (pão francês)	logurte Muffin de cacau com gotas de chocolate	Suco Pizza de queijo	Suco Cuca de doce de leite	Água aromatizada Mini prensado
	Segunda – 28	Terça – 29	Quarta – 30		
tarde	Suco Pão francês com pastinha de frango *opção de requeijão	logurte Bolo de banana	Água aromatizada Pão caseiro de espinafre com requeijão		

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