

**Colégio João XXIII – Ensino Fundamental**  
**Novembro/2022**  
**Lanches**



		<b>Terça – 01</b>	<b>Quarta – 02</b>	<b>Quinta – 03</b>	<b>Sexta – 04</b>
tarde		Suco Pão caseiro com requeijão *opção de mel	Feriado	Água aromatizada Pastel assado de carne	logurte Cookies caseiro
	<b>Segunda – 07</b>	<b>Terça – 08</b>	<b>Quarta – 09</b>	<b>Quinta – 10</b>	<b>Sexta – 11</b>
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
	<b>Segunda – 14</b>	<b>Terça – 15</b>	<b>Quarta – 16</b>	<b>Quinta – 17</b>	<b>Sexta – 18</b>
tarde	-x-	Feriado	Suco Esfira de carne	Água aromatizada Bolo mármore	Suco Pão de batata
	<b>Segunda – 21</b>	<b>Terça – 22</b>	<b>Quarta – 23</b>	<b>Quinta – 24</b>	<b>Sexta – 25</b>
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
	<b>Segunda – 28</b>	<b>Terça – 29</b>	<b>Quarta – 30</b>		
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.

Lívia Lessa Leões  
 Nutricionista – CRN2 10861  
 Cantina AZ & Brasil

Responsável pela revisão  
 Joseane Ruschel Mancio  
 Nutricionista CRN 2 4510