

Colégio João XXIII – Educação Fundamental
Março/2023



Lanches

			Quarta – 01	Quinta – 02	Sexta – 03
tarde			Suco Pizza de frango	Chá gelado (morango) Bolo de banana	Água aromatizada Pão caseiro com pastinha de cenoura • opção de requeijão
	Segunda – 06	Terça – 07	Quarta – 08	Quinta – 09	Sexta – 10
tarde	Chá gelado (hortelã) Pão de batata recheado com requeijão	iogurte Bolo de cacau	Água aromatizada Sanduíche de carne de panela (pão massinha)	Suco Cookies caseiro	Chá gelado (erva cidreira) Esfiha de carne
	Segunda – 13	Terça – 14	Quarta – 15	Quinta – 16	Sexta – 17
tarde	Suco Pastel assado de frango	Chá gelado (camomila) Bolo formigueiro de cenoura	Água aromatizada Pão de queijo	iogurte Cuca de chocolate	Suco Mini prensado de queijo
	Segunda – 20	Terça – 21	Quarta – 22	Quinta – 23	Sexta – 24
tarde	Água aromatizada Esfiha de frango	Suco Bolo de coco	iogurte Sanduíche de queijo (Pão de forma)	Chá gelado (menta) Pão caseiro com mel • opção de requeijão	Suco Pão de batata recheado com requeijão
	Segunda – 27	Terça – 28	Quarta – 29	Quinta – 30	Sexta – 31
tarde	iogurte Pão de queijo	Chá gelado (frutas vermelhas) Muffin de baunilha com gotas de chocolate	Suco Pastel assado de frango	Água aromatizada Bolo de cacau	Suco Sanduíche de queijo (pão francês)

- ✓ Obs.:
- ✓ 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 Leães
Nutricionista – CRN2 10861
Cantina AZ & Brasil

Responsável pela revisão
Joseane Ruschel Mancio
Nutricionista CRN 2 4510