

**Colégio João XXIII – Ensino Fundamental
Maio /2024**



Lanches

			Quarta - 01	Quinta - 02	Sexta - 03
tarde			Feriado	Água aromatizada Pão de queijo	Suco Cookies de cacau com aveia
	Segunda - 06	Terça - 07	Quarta - 08	Quinta - 09	Sexta - 10
tarde	Suco Pizza de queijo	Chá gelado (Morango) Bolo de cacau	iogurte Sanduíche de queijo (Pão de forma, queijo, alface, tomate, cenoura ralada e beterraba ralada)	Suco Pão massinha com geleia de fruta *opção requeijão	Água aromatizada Pão australiano com mel *opção manteiga
	Segunda - 13	Terça - 14	Quarta - 15	Quinta - 16	Sexta - 17
tarde	iogurte Esfiha de carne	Água aromatizada Bolo de laranja	Suco Muffin de legumes (Cenoura, milho e brócolis)	Chá gelado (Frutas vermelhas) Cookies caseiro	Suco Cachorrinho saudável
	Segunda - 20	Terça - 21	Quarta - 22	Quinta - 23	Sexta - 24
tarde	Suco Pastel assado de frango	Água aromatizada Bolo integral de banana	Chá gelado (Pêssego) Pizza de milho com queijo	iogurte Pão caseiro de moranga com requeijão *opção geleia de fruta	Suco Muffin de cenoura com gotas de chocolate
	Segunda - 27	Terça - 28	Quarta - 29	Quinta - 30	
tarde	Suco Pão de queijo	Chá gelado (frutas vermelhas) Bolo de coco	Água aromatizada Pão caseiro integral gergelim com requeijão *opção mel	Feriado	

- ✓ 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