

Colégio João XXIII – Projeto Férias  
Janeiro/2025



**Lanches**

|       | <b>Segunda – 06</b>                | <b>Terça – 07</b>  | <b>Quarta – 08</b>                                     | <b>Quinta – 09</b>                     | <b>Sexta – 10</b>                                       |
|-------|------------------------------------|--|--|--|---|
| tarde | Suco<br>Pão de queijo              | Água aromatizada<br>Muffin de cacau<br>com gotas de<br>chocolate | Suco<br>Pão caseiro com<br>requeijão<br>* Opção de mel | logurte<br>Cookies caseiro             | Chá gelado<br>(Morango)<br>Pizza de milho com<br>queijo |
|       | <b>Segunda – 13</b>                | <b>Terça – 14</b>  | <b>Quarta – 15</b>                                     | <b>Quinta – 16</b>                     | <b>Sexta – 17</b>                                       |
| tarde | Suco<br>Mini prensado de<br>queijo | Chá gelado<br>(Pêssego)<br>Bolo formigueiro                      | logurte<br>Esfiha de frango                            | Água aromatizada<br>Pizza de chocolate | Suco<br>Cachorrinho<br>saudável                         |

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