

Colégio João XXIII – Educação Infantil
Março/2025



Lanches

		Terça - 01	Quarta -02	Quinta -03	Sexta - 04
tarde		Água aromatizada (200ml) Bolo de milho (100g) Frutas da estação	Iogurte (200ml) Pão de queijo (100g) Frutas da estação	Suco (200ml) Pastel assado de carne (100g) Frutas da estação	Chá gelado de morango (200ml) Pão caseiro de cenoura com creme de ricota *opção mel Frutas da estação
	Segunda - 07	Terça - 08	Quarta - 09	Quinta - 10	Sexta - 11
tarde	Suco (200ml) Sanduíche de queijo (100g) (alface, tomate e cenoura ralada opcional) Frutas da estação	Leite com baunilha (200ml) Cookies de cacau com aveia (100g) Frutas da estação	Chá gelado de pêssego (200ml) Pão de queijo (100g) Frutas da estação	Suco (200ml) Bolo de banana com aveia (100g) Frutas da estação	Água aromatizada (200ml) Pão caseiro de beterraba com requeijão *opção mel (100g) Frutas da estação
	Segunda - 14	Terça - 15	Quarta - 16	Quinta - 17	Sexta - 18
tarde	Suco (200ml) Pão de queijo (100g) Frutas da estação	Iogurte (200ml) Bolo de coco (100g) Frutas da estação	Suco (200ml) Pizza de frango (100g) Frutas da estação	Suco (200ml) Bolo de cacau com beterraba (100g) Frutas da estação	Feriado
	Segunda - 21	Terça - 22	Quarta - 23	Quinta - 24	Sexta - 25
tarde	Feriado	Água aromatizada (200ml) Sanduíche de frango com pão multigrãos *(alface, tomate e cenoura ralada opcional) (100g) Frutas da estação	Chá gelado de frutas vermelhas (200ml) Bolo de cenoura com laranja (100g) Frutas da estação	Leite com achocolatado (200ml) Pão caseiro com pastinha de legumes *requeijão opcional (100g) Frutas da estação	Suco (200ml) Pizza caprese (100g) Frutas da estação
	Segunda - 28	Terça - 29	Quarta - 30		
tarde	Iogurte (200ml) Sanduíche de queijo (100g) (alface, tomate e cenoura ralada opcional) (100g) Frutas da estação	Água aromatizada (200ml) Bolo mesclado (100g) Frutas da estação	Suco (200ml) Pão caseiro de espinafre com creme de ricota *opção mel (100g) Frutas da estação		

Obs.:

- ✓ Os sucos oferecidos são de polpa de fruta concentrada.
- ✓ Esse cardápio está sujeito a alterações.
- ✓ **Serão enviados 2 tipos que irão compor 100g de fruta por aluno.**

Lívia Lessa Leães
Nutricionista – CRN2 10861
Cantina AZ & Brasil

Responsável pela revisão
Joseane Ruschel Mancio
Nutricionista CRN 2 4510