

Colégio João XXIII – Ensino Fundamental
Agosto/2025



Lanches

	Segunda -04	Terça- 05	Quarta -06	Quinta -07	Sexta – 08
tarde	Suco Pão de queijo (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Bolo de banana com gotas de chocolate (100g) Fruta da estação	logurte Sanduíche de queijo (Pão australiano, queijo, alface, tomate e cenoura ralada) (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Cookies caseiro de coco (100g) Fruta da estação	Chá gelado (Morango) Cachorrinho saudável (100g) Fruta da estação
	Segunda – 11	Terça – 12	Quarta – 13	Quinta – 14	Sexta – 15
tarde	Leite com achocolatado Pão massinha com pastinha de frango *opção requeijão (100g) Fruta da estação	Chá gelado (Pêssego) Cookies caseiro (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Pizza de queijo (100g) Fruta da estação	Suco Bolo mármore (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Esfiha de frango (100g) Fruta da estação
	Segunda – 18	Terça – 19	Quarta – 20	Quinta – 21	Sexta – 22
tarde	Água aromatizada Sanduíche de queijo (Pão de forma, queijo, alface, tomate e beterraba) (100g) Fruta da estação	logurte Pastel assado de carne (100g) Fruta da estação	Suco Pizza de frango (100g) Fruta da estação	Chá gelado (Frutas vermelhas) Bolo de maçã com canela (100g) Fruta da estação	Suco Pão caseiro com geleia de fruta *opção requeijão
	Segunda – 25	Terça – 26	Quarta – 27	Quinta – 28	Sexta – 29
tarde	Suco Pão de queijo (100g) Fruta da estação	Suco Cookies de cacau com gotas de chocolate branco (100g) Fruta da estação	Chá gelado (Pêssego) Pão caseiro de beterraba com requeijão *opção mel (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Bolo de bergamota (100g) Frita da estação	Leite com achocolatado Pastel de frango (100g) Fruta da estação

- ✓ Obs.:
- ✓ Os sucos oferecidos são de polpa de fruta concentrada.
- ✓ 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