

Colégio João XXIII – Ensino Fundamental
Setembro/2025



Lanches

	Segunda -01	Terça- 02	Quarta -03	Quinta -04	Sexta – 05
tarde	Suco Sanduíche de queijo (Pão massinha, requeijão, queijo, alface e tomate) (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Cuca de banana (100g) Fruta da estação	logurte Pão caseiro com pastinha de frango (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Cookies caseiro (100g) Fruta da estação	Chá gelado (Morango) Esfiha de carne (100g) Fruta da estação
	Segunda – 08	Terça – 09	Quarta – 10	Quinta – 11	Sexta – 12
tarde	Leite com baunilha Pão de queijo (100g) Fruta da estação	Chá gelado (Pêssego) Bolo de cacau (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Cachorrinho saudável (100g) Fruta da estação	Suco Bolo formigueiro de cenoura (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Pizza de queijo com milho (100g) Fruta da estação
	Segunda – 15	Terça – 16	Quarta – 17	Quinta – 18	Sexta – 19
tarde	Água aromatizada Pão australiano com requeijão *opção mel (100g) Fruta da estação	Suco Bolo de coco (100g) Fruta da estação	Suco Pizza de frango e queijo (100g) Fruta da estação	logurte Pão caseiro com geleia de fruta *opção requeijão (100g) Fruta da estação	Suco Sanduíche de frango (Pão de forma, pastinha de frango, queijo, alface e cenoura ralada) (100g) Fruta da estação
	Segunda – 22	Terça – 23	Quarta – 24	Quinta – 25	Sexta – 26
tarde	Suco Pastel assado de frango (100g) Fruta da estação	Suco Bolo de milho (100g) Fruta da estação	Chá gelado (Pêssego) Pão caseiro de cenoura com creme de ricota *opção de mel (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Bolo de baunilha com gotas de chocolate (100g) Fruta da estação	Leite com achocolatado Pão de queijo (100g) Fruta da estação
	Segunda - 29	Terça- 30			
tarde	Suco Esfiha de carne (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Bolo de maçã com canela (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