

Colégio João XXIII – Ensino Fundamental
Novembro/2025



Lanches

	Segunda - 03	Terça - 04	Quarta -05	Quinta -06	Sexta – 07
tarde	Suco Pastel assado de frango (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Cookies caseiro (100g) Fruta da estação	Suco Mini pizza de queijo (100g) Fruta da estação	Chá gelado de morango Bolo de baunilha com gotas de chocolate (100g) Fruta da estação	logurte Sanduíche de queijo (pão massinha, requeijão, queijo, alface e tomate) (100g) Fruta da estação
	Segunda – 10	Terça – 11	Quarta – 12	Quinta – 13	Sexta – 14
tarde	Leite com achocolatado Pão de queijo (100g) Fruta da estação	Suco Pão caseiro de beterraba com creme de ricota *opção mel (100g) Fruta da estação	Chá gelado de frutas vermelhas Bolinho de chuva assado (100g) Fruta da estação	Sanduíche de queijo (Pão francês, requeijão, queijo, alface, tomate e cenoura ralada) (100g)	Água aromatizada Cuca caseira (100g) Fruta da estação
	Segunda – 17	Terça – 18	Quarta – 19	Quinta – 20	Sexta – 21
tarde	Suco Pastel assado de frango com queijo (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Bolo de coco (100g) Fruta da estação	logurte Cachorrinho saudável (100g) Fruta da estação	Feriado	X
	Segunda – 24	Terça – 25	Quarta – 26	Quinta – 27	Sexta – 28
tarde	Suco Pizza de queijo (100g) Fruta da estação	Água aromatizada Pão caseiro com geleia de fruta *opção requeijão (100g) Fruta da estação	Leite com achocolatado Esfiha de frango (100g) Fruta da estação	Chá gelado de pêssego Bolo formigueiro de cenoura (100g) Fruta da estação	Suco Sanduíche de queijo (Pão francês, requeijão, queijo, alface, tomate e cenoura ralada) (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
Rev 03/11