

**Colégio João XXIII – Projeto Férias
Janeiro/2026**



Lanches

	Segunda – 05/01	Terça – 06/01	Quarta – 07/01	Quinta – 08/01	Sexta – 09/01
tarde	Suco Pão de queijo (100g)	Chá gelado de pêssego Bolo de cenoura (100)	Milk-shake de chocolate Pão caseiro com requeijão *opção mel (100g)	Chá gelado de frutas vermelhas Cookies caseiro (100g)	Suco Pizza de milho (100g)
	Segunda – 12/01	Terça – 13/01	Quarta – 14/01	Quinta – 15/01	Sexta – 16/01
tarde	Suco Pastel de frango (100g)	Suco Bolo formigueiro (100g)	Milk shake de morango Sanduíche de queijo (Pão massinha, requeijão, queijo, alface, tomate e cenoura ralada) (100g)	Suco Bolo de chocolate com cobertura (100g)	Chá gelado de morango Cachorrinho saudável (100g)

Observações:

- 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