

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



**Lanches**

	<b>Segunda – 05/01</b>	<b>Terça – 06/01</b>	<b>Quarta – 07/01</b>	<b>Quinta – 08/01</b>	<b>Sexta – 09/01</b>
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)
	<b>Segunda – 12/01</b>	<b>Terça – 13/01</b>	<b>Quarta – 14/01</b>	<b>Quinta – 15/01</b>	<b>Sexta – 16/01</b>
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.

Lívia Lessa Leões  
Nutricionista – CRN2 10861  
Cantina AZ & Brasil

Responsável pela revisão  
Joseane Ruschel Mancio  
Nutricionista CRN 2 4510