

DIA	SEMANA	LANCHE DA MANHÃ	ZERO LACTOSE / ZERO GLUTEN	BEBIDAS	FRUTA
1/nov	TERÇA	MINI MASSINHA COM GELEIA	PÃO SEM GLUTEN	SUCO DE LIMÃO	BANANA
2/nov	QUARTA	FERIADO	FERIADO		
3/nov	QUINTA	MINI SFIHA DE CARNE	MINI SFIHA SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE MACACUJA	MAÇÃ
4/nov	SEXTA	BOLO DE FUBÁ	BOLO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE UVA	MIX DE FRUTAS
7/nov	SEGUNDA	MISTO FRIOS	PÃO SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA
8/nov	TERÇA	MINI HAMBURGUER (PÃO, CARNE E QUEIJO)	PÃO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE LIMÃO	MAÇÃ
9/nov	QUARTA	MINI PÃO DE QUEIJO	MINI PÃO DE QUEIJO VEGANO	IOGURTE	LARANJA
10/nov	QUINTA	PAO INTEGRAL COM PASTA DE AMENDOIM	PAO SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE ACEROLA	TANGERINA
11/nov	SEXTA	BOLO DE CHOCOLATE 50% CACAU	BOLO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE ABACAXI	MIX DE FRUTAS
14/nov	SEGUNDA	RECESSO			
15/nov	TERÇA	FERIADO			
16/nov	QUARTA	MINI PÃO DE QUEIJO	MINI PÃO DE QUEIJO VEGANO	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA
17/nov	QUINTA	MINI SFIHA DE FRANGO	MINI SFIHA SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE LARANJA	PÊSSEGO
18/nov	SEXTA	BOLO DE CENOURA	BOLO DE CENOURA	SUCO DE ACEROLA	MIX DE FRUTAS
21/nov	SEGUNDA	PAO CASEIRO COM REQUEIJÃO	PÃO SEM GLUTEN COM PEITO DE PERU	SUCO DE LIMÃO	BANANA
22/nov	TERÇA	BURACO QUENTE (PÃO COM CARNE MOIDA)	PÃO SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE LARANJA	LARANJA
23/nov	QUARTA	COOKIES DE CACAU	COOKIES DE CACAU SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE MARACUJÁ	MELANCIA
24/nov	QUINTA	PAO INTEGRAL COM GELEIA	PÃO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE LARANJA	ABACAXI
25/nov	SEXTA	BOLO DE BANANA COM AVEIA	BOLO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE ACEROLA	MIX DE FRUTAS
28/nov	SEGUNDA	MINI MASSINHA COM GELEIA	PÃO SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE ABACAXI	MAÇÃ
29/nov	TERÇA	SFIHA ASSADA DE CARNE	MINI SFIHA SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA
30/nov	QUARTA	COOKIES DE CACAU	COOKIES DE CACAU SEM GLUTEN E LEITE	IOGURTE	LARANJA

DIA	SEMANA	LANCHE DA TARDE		BEBIDAS	FRUTA
1/nov	TERÇA	MINI PÃO DE QUEIJO	MINI PÃO DE QUEIJO VEGANO	SUCO DE ABACAXI	TANGERINA
2/nov	QUARTA	FERIADO			
3/nov	QUINTA	COOKIES DE CACAU	COOKIES DE CACAU SEM GLUTEN E LEITE	IOGURTE	MELANCIA
4/nov	SEXTA	MINI MASSINHA COM OMELETE	PÃO SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE ACEROLA	MIX DE FRUTAS
7/nov	SEGUNDA	BOLO MESCLADO COM CHOCOLATE 50%	BOLO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE LARANJA	MAÇÃ
8/nov	TERÇA	COOKIES DE CACAU	COOKIES DE CACAU SEM GLUTEN E LEITE	IOGURTE	LARANJA
9/nov	QUARTA	PAO CASEIRO COM GELEIA	PÃO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE ABACAXI	TANGERINA
10/nov	QUINTA	PAO FATIADO COM PATE DE FRANGO	PÃO SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE LARANJA	BANANA
11/nov	SEXTA	ROSCINHA DE POLVILHO + SALADA DE FRUTA	ROSCINHA SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE LIMÃO	
14/nov	SEGUNDA	RECESSO			
15/nov	TERÇA	FERIADO			
16/nov	QUARTA	BURACO QUENTE (PÃO COM CARNE MOIDA)	PÃO SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE LARANJA	MAÇÃ
17/nov	QUINTA	MUFFINS DE FRANGO	MUFFINS SALGADO DE FRANGO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA
18/nov	SEXTA	PAO FATIADO COM REQUEIJÃO	PÃO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE UVA	MIX DE FRUTAS
21/nov	SEGUNDA	BOLO FORMIGUEIRO	BOLO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE ABACAXI	MAÇÃ
22/nov	TERÇA	MINI PÃO DE QUEIJO	MINI PÃO DE QUEIJO VEGANO	IOGURTE	BANANA
23/nov	QUARTA	PAO FATIADO COM PATE DE FRANGO	PÃO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE GOIABA	LARANJA
24/nov	QUINTA	MINI MASSINHA COM QUEIJO	PÃO SEM GLUTEN COM PEITO DE PERU	SUCO DE LARANJA	POKAN
25/nov	SEXTA	TORRADINHAS COM AZEITE E ORÉGANO + SALADA DE FRUTA	PÃO SEM GLUTEN E LEITE	SUCO DE ABACAXI	
28/nov	SEGUNDA	BOLO DE LARANJA	BOLO SEM GLUTEN E SEM LEITE	SUCO DE UVA	MAÇÃ
29/nov	TERÇA	MINI PÃO DE QUEIJO	MINI PÃO DE QUEIJO VEGANO	IOGURTE	MANGA
30/nov	QUARTA	PAO CASEIRO COM REQUEIJÃO	PÃO SEM GLUTEN COM PEITO DE PERU	SUCO DE GOIABA	BANANA

NUTRICIONISTA JOANA ZIMERMAN CRN 8881P

\*\*A KOGIN'S ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SE RESERVA O DIREITO DE ALTERAR QUALQUER PRATO SEM AVISO PRÉVIO, CASO FALTE ALGUM INSUMO PARA O PREPARO.

\*\*A OPÇÃO DE FRUTAS E VERDURAS SÃO FEITAS DE ACORDO COM A ÉPOCA

