



LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

02 a 06 de setembro CLASSE BB

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e melão

Pãozinho de queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e laranja do céu

Pastelzinho assado de frango

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e abacaxi

Pizza Marguerita de liquidificador
"feita por nós"

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e manga

Sanduíquinho integral com queijo

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Pãozinho de batata

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango grelhado, massa penne, molho de queijo (com lactose/separado)
Saladas: Tomate e pepino.
Mamão

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, batata baby assada com azeite de oliva.
Saladas: Brócolis e beterraba.
Manga

Arroz, feijão, espetinho de frango, omelete de espinafre.
Saladas: Cenoura e abobrinha italiana.
Banana

Arroz, feijão, carniinha assada, farofinha dourada, batatinha doce.
Saladas: Tomate e alface.
Maçã

Arroz, feijão, franguinho assado, polenta cremosa.
Saladas: Couve-flor e Pepino.
Laranja

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e melão

Pãozinho meia lua com pastinha de grão de bico

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e laranja do céu

Pãozinho estrelinha com patinha de ricota

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e abacaxi

Pãozinho de batata

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e manga

Bolinho caseiro de banana e passas sem adição de açúcar

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Pastelzinho assado de frango

JANTAR

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, purê de batata (com lactose).
Saladas: Cenoura e pepino.
Mamão

Arroz, feijão, franguinho assado, polentinha cremosa.
Saladas: Tomate e brócolis.
Manga

Arroz, feijão, hambúrguer caseiro com aveia, massa integral, molho de tomate (separado).
Saladas: Couve-flor e beterraba cozida.
Banana

Arroz, feijão, franguinho grelhado, panqueca de abobrinha (com lactose).
Saladas: Chuchu e cenoura.
Macã

Arroz, feijão, carniinha moída com batata e cenoura.
Saladas: Tomate e pepino.
Laranja

Cardápio sujeito à alterações. Todas as preparações são assadas, cozidas ou grelhadas. Os bolos são sem coberturas.

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

09 a 13 de setembro CLASSE BB

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Pãozinho meia lua com
queijo quente

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Ovo cozido
Biscoitos de arroz integral
orgânico

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e
mamão
Esfirra de carninha
“feita por nós”

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Bolinho caseiro de
cacau com beterraba

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Pão fofinho com doce de
morango “feito por nós” OU
requeijão cremoso

ALMOÇO

Arroz, feijão, franguinho
grelhado com cúrcuma,
purê de batata (com lactose).
Saladas: Pepino e tomate.
Bergamota

Arroz, feijão,
hamburguinho nutritivo,
massinha caseira ao
sugo (separado).
Saladas: Cenoura cozida
e abobrinha italiana.
Mamão

Arroz, feijão, lasanha de
frango com massa de
panqueca (com lactose),
brócolis no vapor (com
lactose).
Saladas: Alface e
tomate.

Arroz, feijão, bifinho
grelhado, batata Suíça
de travessa (com
lactose).
Saladas: Repolho roxo e
couve flor.
Melão

Arroz, feijão, sobrecoxa
desossada assada,
massa integral ao sugo
(separado).
Saladas: Beterraba
cozida e cenoura cozida.
Maçã

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Pãozinho de queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Biscoitos de arroz integral
orgânico

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Pão fofinho com doce de
banana “feito por nós, sem
açúcar” ou requeijão

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Esfirra de carninha
“feita por nós”

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Kibe assadinho
“feito por nós”

JANTAR

Arroz, feijão, panqueca
com massa de cenoura
recheada de carne (com
lactose), brócolis no vapor.
Saladas: Tomate e
chuchu.
Bergamota

Arroz, feijão, dadinhos
de frango grelhados,
polenta cremosa.
Saladas: Brócolis e
couve-flor.
Mamão

Arroz, feijão, almôndegas
nutritivas (com aveia),
batata baby com azeite de
oliva (assadas).
Saladas: Tomate e alface
roxa.
Laranja

Arroz, feijão,
franguinho xadrez de
legumes, massinha
integral.
Saladas: Pepino e
beterraba.
Melão

Arroz, feijão, bifinho
grelhado, purê de
moranga.
Saladas: Tomate e
brócolis.
Maçã

Cardápio sujeito à alterações. Todas as preparações são assadas, cozidas ou grelhadas. Os bolos são sem coberturas.

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

16 a 19 de setembro CLASSE BB

LANCHE

2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e laranja
Pãozinho integral com
queijo TRI BOM

3ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e melão
Pão fofinho requeijão
cremoso ou manteiga
DA QUERÊNCIA

4ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e
bergamota
Pastel assado de frango
MILONGUEIRO

5ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Sanduichinho
FARROUPILHA
(alface, tomate e queijo)

6ª FEIRA

ALMOÇO

Arroz, feijão, espetinho
de frango com farofa
BAGUAL, massa penne
ao sugo (separado).
Saladas: Pepino e
brócolis
Manga

Arroz, feijão mexido,
carreteirinho
GAUDÉRIO com ovos
picadinhos.
Saladas: Alface crespa
e tomate.
Bergamota

Arroz, feijão, vazio
assado BOM
BARBARIDADE, couve
refogada .
Saladas: Brócolis e
alface.
Sagu com creme

Arroz, feijão, coração e
frango dos PAMPAS,
quibebe.
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
Melão

20 DE SETEMBRO
REVOLUÇÃO
FARROUPILHA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e laranja
Sanduichinho de queijo
FARROUPILHA

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e melão
Hamburguinho DO
PIAZITO
"feito por nós"

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e
bergamota
Pãozinho de queijo
TCHÊ

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Bolinho banana e passa
sem adição de açúcar
TRI BOM



JANTAR

Arroz, feijão, vazio
assado BOM
BARBARIDADE,
batatinha doce.
Saladas: Moranga e
couve flor.
Manga

Arroz, feijão, coração e
frango dos PAMPAS,
quibebe.
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
Bergamota

Arroz, feijão, franguinho
com farofa BAGUAL,
polenta cremosa.
Saladas: Cenoura cozida
e pepino.
Sagu com creme

Arroz, feijão,
carreteirinho GAUDÉRIO
com ovos picadinhos.
Saladas: Alface crespa e
tomate.
Melão

Cardápio sujeito à alterações. Todas as preparações são assadas, cozidas ou grelhadas. Os bolos são sem coberturas.

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

23 a 27 de setembro CLASSE BB

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Pãozinho de queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Panquequinha Americana
"feita por nós"

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Pão meia lua com queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Bolinho caseiro de cenoura

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e laranja
Iogurte com cereais sem açúcar
Biscoitinhos salgados integrais

ALMOÇO

Arroz, feijão, cubos de frango com molho branco SUAVE (com lactose), batatinha corada.
Saladas: Tomate e alface
Manga

Arroz, feijão, espaguete à bolonhesa, brócolis no vapor.
Saladas: Cenoura e pepino.
Mamão

Arroz, feijão, franguinho empanado com aveia, purê de batata e cenoura (com lactose).
Saladas: Tomate e chuchu.
Melancia

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, massinha caseira ao sugo (separado).
Saladas: Couve flor e alface.
Melão

Arroz, feijão, iscas de frango grelhadas, canelone de queijo (com lactose).
Saladas: Brócolis e beterraba.
Abacaxi

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Ovo cozido
Biscoitos de arroz integral orgânico

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Sanduichinho de queijo

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Esfirra de carnicinha

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Pão florzinha
Espetinho de queijo branco e tomate cereja

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e laranja
Tortinha de legumes

JANTAR

Arroz, feijão, carnicinha moída com batata.
Saladas: Cenoura e brócolis.
Manga

Arroz, feijão, franguinho empanado com aveia, purê misto (batata e cenoura/com lactose).
Saladas: Tomate e alface
Mamão

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, batatinha sauté.
Saladas: Beterraba e repolho.
Melancia

Arroz, feijão, franguinho grelhado com creme de milho (separado/com lactose), seleta de legumes.
Saladas: Tomate e pepino.
Melão

Arroz, feijão, espaguete à bolonhesa.
Saladas: Couve flor e cenoura.
Abacaxi

Cardápio sujeito à alterações. Todas as preparações são assadas, cozidas ou grelhadas. Os bolos são sem coberturas.



LoRD Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

30 de setembro

CLASSE BB



2ª FEIRA

3ª FEIRA

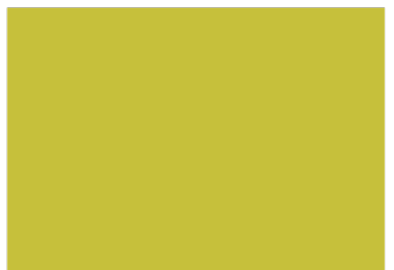
4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Pastelzinho de forno de queijo



ALMOÇO

Arroz, feijão, sobrecoxa desossada, massa caseira, molho sugo (separado)
Saladas: Tomate e pepino.
Mamão



LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Panquequinha de aveia e banana sem adição de açúcar "feita por nós"



JANTAR

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, omelete de espinafre.
Saladas: Cenoura e pepino.
Mamão



Cardápio sujeito à alterações. Todas as preparações são assadas, cozidas ou grelhadas. Os bolos são sem coberturas.