

LoRD

Cardápio Semanal

03 a 07 de dezembro

CBB

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Sanduichinho integral
com queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Pastelzinho de forno de
frango

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Bolinho caseiro maçã

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Sanduichinho farroupilha
(alface, tomate e queijo)

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e maçã
Pãozinho de
queijointegral

ALMOÇO

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

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

Arroz, feijão,
panquequinha de frango
com massa de cenoura
(com
lactose). Saladas: Tomate
e chuchu
Melancia

Arroz, feijão, bifeinho
grelhado, massinha
parafuso ao sugo
(separado).
Saladas: Couve flor e
repolho roxo
Melão

Arroz, feijão, cubinhos de
frango e coraçãozinho
grelhados, purê misto
(batata e cenoura/com
lactose). Saladas: Brócolis e
beterraba Abacaxi

LANCHE

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

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

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Waffles

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e maçã
Sanduichinho
farroupilha (alface,
tomate e queijo)

JANTAR

Arroz, feijão, carne
moída com batata,
brócolis no vapor.
Saladas: Cenoura e
tomate.
Laranja

Arroz, feijão, franguinho
empanado com aveia,
polentinha cremosa.
Saladas: Tomate e
alface Mamão

Arroz, feijão, bifeinho
grelhado, massinha
penneao sugo
(separado). Saladas:
Beterraba e repolho.
Melancia

Arroz, feijão, franguinho
grelhado, milho na
espiga.
Saladas: Tomate e
pepino. Melão

Arroz,
feijão, hamburguinho
caseiro com aveia, purê
de batata (com
lactose). 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

10 a 14 de dezembro

CBB

LANCHE

2ª FEIRA

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

3ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Mini esfirra de frango

4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Bolinho caseiro cenoura

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Waffel

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Iogurte
Biscoitinhos salgados
integrais

ALMOÇO

Arroz, feijão,
franguinho assado
empanado com aveia,
purê de batata.
Saladas: Pepino e tomate.
Manga

Arroz, feijão, bifinho na
chapa, massinha caseira
ao sugo (separado).
Saladas: Cenoura cozida
e abobrinha italiana.
Mamão

Arroz, feijão,
franguinho assado,
polentinha cremosa.
Saladas: Alface roxa e
tomate.
Laranja

Arroz, feijão, carne
assada, couve
mineira, batatinha
doce.
Saladas: Alface roxa e
tomate.
Melancia

Arroz, feijão, iscas de
frango
grelhadas, massinha
penne com molho de
queijo (separado/com lactose).
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
Maçã

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Sanduichinho farroupilha
(alface, tomate e queijo)

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Bolinho caseiro de limão

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Pastelzinho assado de
queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Pãozinho de batata

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

JANTAR

Arroz, feijão, espaguete
à bolonhesa. Saladas:
Brócolis e tomate.
Manga

Arroz, feijão, sobrecoxa
assada, polentinha
cremosa.
Saladas: Brócolis e
Cenoura.
Mamão

Arroz, feijão, bifinho
grelhado, massinha
integral ao sugo
(separado).
Saladas: Tomate e
pepino.
Laranja

Arroz, feijão,
franguinho desfiado,
purê de batata (com
lactose).
Saladas: Cenoura
cozida e repolho.
Melancia

Arroz, feijão,
carreirinho com
ovos picadinhos.
Saladas: Tomate e
beterraba cozida.
Maçã

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

LoRD Cardápio Semanal

17 a 21 de dezembro

CBB

LANCHE

2ª FEIRA

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

3ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Pão fofinho com
requeijão cremoso

4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Bolinho caseiro de limão

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Pãozinho de batata

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Melão e banana
Pão fofinho com queijo

ALMOÇO

Arroz, feijão, franguinho
grelhado com cúrcuma,
omelete de espinafre.
Saladas: Pepino e
tomate.
Maçã

Arroz, feijão, espaguete
integral, iscas de carne
aceboladas (cebolas
separadas).
Saladas: Cenoura e
brócolis.
Manga

Arroz, feijão, panqueca
de carne (com lactose),
milho verde.
Saladas: Alface roxa e
tomate.
Laranja

Arroz, feijão, bifinho
grelhado, massinha
caseira, molho de
queijo (com lactose).
Saladas: Brócolis e
couve-flor.
Melão

Arroz, feijão, lasanha de
frango (com lactose),
brócolis no vapor.
Saladas: Beterraba e
repolho.
Maçã

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Sanduichinho integral com
creme de ricota
Palitinhos de cenoura e
pepino

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Bolinho caseiro de laranja

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Iogurte
Biscoitinhos salgados
integrais

Suco de laranja ou leite
Frutas: Melão e banana
Pãozinho integral com
queijo

JANTAR

Arroz, feijão, picadinho
de panela, massinha
parafuso.
Saladas: Tomate e
beterraba cozida.
Maçã

Arroz, feijão, dadinhos
de frango grelhados,
bolinho de espinafre
(com lactose). Saladas:
Cenoura cozida e
repolho.
Mamão

Arroz, feijão, bifinho
grelhado, purê misto
(batata e cenoura/com
lactose).
Saladas: Tomate e
alface roxa.
Laranja

Arroz, feijão, cubinhos
de frango com molho
branco suave (com lactose),
batatinhas sauté.
Saladas: Brócolis e
couve-flor.
Melão

Arroz, feijão,
almôndegas, polenta
cremosa.
Saladas: Couve-flor e
alface crespa.
Maçã

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