



**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, bifinho 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, bifinho 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

# 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.