

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

01 a 05 de abril

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e melão

Pão de queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e laranja

Sanduche Farroupilha
(alface, tomate, presunto e queijo)

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Waffle com mel

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e manga

Esfirra de frango

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e banana

Palitinhos com queijo e
tomate
Cookies integrais de aveia

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango
grelhado, batatinha
corada.
Saladas: Beterraba
cozida e repolho.
Mamão

Arroz, feijão, bife
grelhado, massa
integral com molho
branco separado (com
lactose).
Saladas: Cenoura
cozida e pepino.
Manga

Arroz, feijão, Iscas de
frango aceboladas
(separado), bolinho de
espinafre (com lactose).
Saladas: Alface e
tomate.
Abacaxi

Arroz, feijão,
hamburguinho caseiro
com aveia, massa caseira
com molho de tomate
(separado).
Saladas: Couve-flor e
tomate.
Melão

Arroz, feijão, lasanha
de frango (com lactose),
brócolis no vapor.
Saladas: Cenoura e
chuchu.
Goiaba

LANCHE

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

08 a 12 de abril

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e manga
Pão fofinho com queijo

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
iogurte
Biscoitos salgados
integrais

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Bolo caseiro de cenoura

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Hambúrguer caseiro

ALMOÇO

Arroz, feijão, tiras de frango empanadas, milho cozido.
Saladas: Beterraba e cenoura ralada.
Mamão

Arroz, feijão, canelone de carne (com lactose), cenoura com espinafre.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Banana

Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa.
Saladas: Cenoura cozida e pepino.
Laranja

Arroz, feijão, almôndegas com aveia, massa espaguete.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Banana

Arroz, feijão, frango grelhado com creme de milho (separado/com lactose), batata sauté.
Saladas: Brócolis e repolho.
Bergamota

LANCHE

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

15 a 17 de abril

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e laranja
Pãozinho de queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e melão
Sanduiche integral

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e mamão
Waffles com mel

ALMOÇO

Arroz, feijão, cubos de frango com molho branco suave (com lactose), batata baby. Saladas: Pepino e couve flor. Manga

Arroz, feijão, lasanha de carne (com lactose), seleta de legumes. Saladas: Brócolis e tomate. Bergamota

Arroz, feijão, coração e frango grelhados, polenta cremosa. Saladas: Beterraba e cenoura cozidas. Banana

LANCHE

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

22 a 26 de abril

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Cookies integrais de aveia

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Pastel de forno de queijo

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

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Sanduiche Farroupilha
(alface, tomate, presunto e queijo)

ALMOÇO

Arroz, feijão, carne assada, penne ao sugo (separado).
Saladas: Beterraba e tomate.
Bergamota

Arroz, feijão, bife na chapa, purê de batata (com lactose).
Saladas: Cenoura cozida e abobrinha italiana.
Mamão

Arroz, feijão, frango assado no fubá, couve com farofa.
Saladas: Pepino e brócolis.
Bergamota

Arroz, feijão, espaguete à bolonhesa, brócolis no vapor.
Saladas: Alface e tomate.
Melão

Arroz, feijão, panqueca de carne (com lactose), seleta de legumes.
Saladas: Beterraba cozida e cenoura cozida.
Maçã

LANCHE

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

29 a 30 de abril

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Pão de queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e melão
Bolo de cacau

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango
grelhado, nhoque da
sorte ao molho sugo
(separado).
Saladas: Tomate e
couve-flor.
Manga

Arroz, feijão, lasanha
de carne (com lactose),
seleta de legumes.
Saladas: Brócolis e
tomate.
Bergamota

LANCHE

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