

LoRd

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

04 a 08 de junho

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e manga
Bolo de maçã

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e mamão
Hambúrguer caseiro

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Pastel fofinho de queijo

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa. Saladas: Beterraba cozida e repolho. Mamão

Arroz, feijão, peixe, massa penne com molho branco separado (com lactose). Saladas: Cenoura cozida e pepino. Gelatina

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

Arroz, feijão, almôndegas com aveia e chia ao molho de tomates, massa caseira. Saladas: Couve-flor e tomate. Torta de bolacha

Arroz, feijão, frango grelhado, bolo de batata assado. Saladas: Cenoura e chuchu. 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

11 a 15 de junho

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 frios

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e melão

Pão caseiro com manteiga ou doce de frutas

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e bergamota

Bolo formigueiro

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Pastel de frango

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e maçã

iogurte com cereais (sem açúcar)
Biscoitinhos integrais com requeijão cremoso

ALMOÇO

Arroz, feijão, iscas de frango grelhadas ao creme de milho (com lactose/separado), batata em gomos assada.
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.
Mamão

Arroz, lentilha, bife rolê, massa caseira.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Gelatina

Arroz, feijão, frango empanado assado com aveia, purê de batata.
Saladas: Cenoura cozida e pepino.
Laranja

Arroz, feijão, bife grelhado, massa espaguete ao molho sugo (separado).
Saladas: Couve flor e tomate.
Creme de baunilha

Arroz, feijão, frango e coraçãozinho grelhados, caçarola de legumes com ricota.
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

18 a 22 de junho

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 de pão integral

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e mamão
Bolinho de laranja

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e maçã
Empanada de carne

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Pão meia lua com queijo quente

ALMOÇO

Arroz, feijão, carne assado, espaguete ao sugo (molho separado).
Saladas: Pepino e couve flor.
Manga

Arroz, feijão, peixe, batata gratin.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Gelatina

Arroz, feijão frango grelhado, purê de batata e couve flor (com lactose).
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.
Banana

Arroz, feijão, iscas de carne com molho branco suave (com lactose), batata baby corada.
Saladas: Brócolis e alface roxa
Creme de caramelo

Arroz, feijão, cubos de frango acebolados, massa penne.
Saladas: Couve-flor e alface roxa.
Mamão

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

25 a 29 de junho

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Torradinhas com queijo derretido e orégano

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Mini esfirras de frango

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

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

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

ALMOÇO

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

Arroz, lentilha, iscas de carne aceboladas (cebolas separadas), massa integral.
Saladas: Cenoura cozida e abobrinha italiana.
Gelatina

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

Arroz, feijão, bife grelhado, aipim com farofa (farofa separada).
Saladas: Alface e tomate.
Creme de chocolate

Arroz, feijão, frango grelhado, nhoque ao sugo (molho separado).
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.