

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

01 a 02 de março

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Sanduiche Farroupilha

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Pastel de forno com frango

ALMOÇO

Arroz, feijão, iscas de carne grelhadas, massa parafuso
Saladas: Beterraba e chuchu.
Creme de caramelo

Arroz, feijão, bife de frango, purê de batata.
Saladas: Brócolis e repolho.
Maçã

LANCHE

N

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

05 a 09 de março

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Meia lua com queijo quente

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Bolo de cenoura

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e mamão
Pãozinho caseiro com requeijão cremoso ou doce de frutas

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Iogurte
Biscoitinhos integrais com requeijão cremoso

ALMOÇO

Arroz, feijão, galinha escabelada (com lactose), batata baby.
Saladas: Beterraba cozida e repolho.
Mamão

Arroz, feijão, peixe crocante, purê de batata (com lactose).
Saladas: Cenoura cozida e pepino.
Gelatina

Arroz, feijão, frango grelhado, massa parafuso, molho de queijo (com lactose/separado).
Saladas: Alface e tomate.
Abacaxi

Arroz, feijão, iscas de carne, batata doce corada.
Saladas: Couve-flor e tomate.
Creme de chocolate

Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa.
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

12 a 16 de março

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

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

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e melancia
Pastel integral de frango

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e abacaxi
Pãozinho de mandioca com manteiga

ALMOÇO

Arroz, feijão, hamburguinho nutritivo, caçarola de legumes.
Saladas: Pepino e couve flor.
Manga

Arroz, lentilha, carreteiro com ovos picadinhos.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Gelatina

Arroz, feijão, coração e frango grelhadinhos, massa parafuso.
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.
Banana

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

Arroz, feijão, bolinhas de frango assadas, milho verde.
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

19 a 23 de março

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Sanduiche Farroupilha

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e laranja
Esfirra de frango

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Torradinhas integrais
com requeijão cremoso

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Cookies integrais de
castanha

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango
grelhado com açafrão,
canelone de espinafre e
ricota (com lactose).
Saladas: Pepino e
tomate.
Bergamota

Arroz, feijão, peixe
crocante, massa
espaguete.
Saladas: Cenoura
cozida e abobrinha
italiana.
Gelatina

Arroz, feijão, frango
acebolado, tortinha
integral de legumes
com linhaça (com lactose).
Saladas: Alface roxa e
tomate.
Laranja

Arroz, feijão, carne
assada com farofa,
couve refogada.
Saladas: Alface e
tomate.
Creme de coco

Arroz, feijão, frango
grelhado, massa
penne ao molho de
queijo (com
lactose/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.

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

26 a 28 de março

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 mamão
Iogurte
Biscoitos integrais com
requeijão cremoso

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Bolo caseiro de cenoura
do coelhinho

ALMOÇO

Arroz, feijão, iscas de frango, polenta cremosa.
Saladas: Beterraba e cenoura ralada.
Mamão

Arroz, lentilha, lasanha de carne (com lactose), brócolis no vapor.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Gelatina

Arroz, feijão, frango xadrez, massa espaguete.
Saladas: Cenoura cozida e pepino.
Laranja

LANCHE

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