



# LoRD Cardápio Semanal

01 a 02 de março **Nível 1 e 2**



**2ª FEIRA**

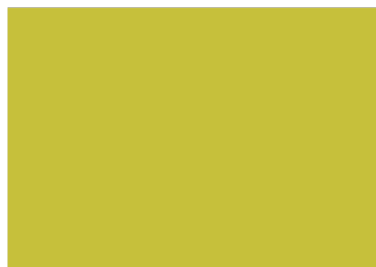
**3ª FEIRA**

**4ª FEIRA**

**5ª FEIRA**

**6ª FEIRA**

**LANCHE**



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

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e abacaxi  
Pastelzinho de forno com franguinho

**ALMOÇO**



Arroz, feijão, iscas de carne grelhadas, massinha parafuso.  
Saladas: Beterraba e chuchu.  
Melancia

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

**LANCHE**



Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e manga  
Mini pizza integral de queijo

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

**JANTAR**



Arroz, feijão, massinha bolonhesa.  
Saladas: Tomate e brócolis.  
Maçã

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

# Cardápio Semanal

05 a 09 de março Nível 1 e 2

## 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  
Bolinho de banana integral

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e mamão  
Mini pizza integral de queijo

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, bifeinho grelhado, purê de batata (com lactose).  
Saladas: Cenoura cozida e pepino.  
Manga

Arroz, feijão, franguinho grelhado, massinha 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.  
Melão

Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa.  
Saladas: Cenoura e Chuchu  
Bergamota

### LANCHE

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

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

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e mamão  
Pastelzinho de forno com franguinho

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e banana  
Pãozinho caseiro com requeijão cremoso ou doce de frutas

### JANTAR

Arroz, feijão, carniinha assada desfiada, farofinha dourada, batatinha doce.  
Saladas: Tomate e chuchu.  
Mamão

Arroz, feijão, tiras frango, purê de moranga (com lactose).  
Saladas: Beterraba cozida e brócolis.  
Manga

Arroz, feijão, carreteirinho com ovos picadinhos.  
Saladas: Tomate e alface crespa.  
Abacaxi

Arroz, feijão, franguinho assado, polentinha cremosa.  
Saladas: Cenoura cozida e pepino.  
Melão

Arroz, feijão, picadinho de carne com cenouras, batatinhas sauté.  
Saladas: Beterraba cozida e repolho cozido.  
Bergamota

# Cardápio Semanal

12 a 16 de março Nível 1 e 2

## 2ª FEIRA

## 3ª FEIRA

## 4ª FEIRA

## 5ª FEIRA

## 6ª FEIRA

LANCHE

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Pão florzinha com pasta de beterraba

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e melancia  
Pastelzinho 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, feijão, carreteirinho com ovos picadinhos.  
Saladas: Alface crespa e tomate.  
Bergamota

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

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

Arroz, feijão, bolinhas de frango assadas, milho verde.  
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.  
Banana

LANCHE

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Bolinho caseiro formigueiro

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e mamão  
Mini pizza integral de queijo

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e melancia  
Cookies integrais de castanha  
Espetinho de queijo e tomate cereja

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e abacaxi  
Torradinhas integrais com azeite de oliva e orégano.

JANTAR

Arroz, feijão, bifinho grelhado, bolinho de batata assado.  
Saladas: Alface e tomate.  
Manga

Arroz, feijão, cubinhos de frango grelhados com gergelim, panqueca de abobrinha (com lactose).  
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.  
Bergamota

Arroz, feijão, iscas de carne com molho branco suave (com lactose), batatinhas e cenouras salteadas.  
Saladas: Alface e tomate.  
Banana

Arroz, feijão, franguinho empanado com aveia assado, massa integral ao sugo (molho sugo separado).  
Saladas: Cenoura cozida e pepino.  
Melão

Arroz, feijão, carninha moída com batata e cenoura.  
Saladas: Alface e tomate.  
Banana

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

# LoRD Cardápio Semanal

19 a 23 de março

NÍVEL 1 E 2

## 2ª FEIRA

## 3ª FEIRA

## 4ª FEIRA

## 5ª FEIRA

## 6ª FEIRA

### LANCHE

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

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

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

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

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

### ALMOÇO

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

Arroz, feijão, almôndegas massinha espaguete.  
Saladas: Cenoura cozida e abobrinha italiana. Mamão

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

Arroz, feijão, carinha assada com farofa, couve refogada.  
Saladas: Alface e tomate. Melão

Arroz, feijão, franguinho grelhado, massinha penne ao molho de queijo (com lactose/separado).  
Saladas: Beterraba cozida e cenoura cozida. Maçã

### LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Mini esfirra de frango

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

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e manga  
Pão estrelinha com manteiga ou doce de frutas

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e abacaxi  
Hamburguinho caseiro

### JANTAR

Arroz, feijão, panqueca com massa de cenoura recheada de carne (com lactose), brócolis no vapor.  
Saladas: Tomate e beterraba cozida. Bergamota

Arroz, feijão, massinha penne à bolonhesa.  
Saladas: Brócolis e couve-flor. Mamão

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

Arroz, feijão, franguinho desfiado com ervilhas frescas, massinha integral.  
Saladas: Cenoura cozida e repolho. Melão

Arroz, feijão, carreteirinho com ovos picadinhos.  
Saladas: Brócolis e tomate. Maçã

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

# Cardápio Semanal

26 a 28 de março Nível 1 e 2

## 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  
Biscoitinhos integrais  
com requeijão cremoso

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

### ALMOÇO

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

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

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

### LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e manga  
Iogurte  
Biscoitinhos integrais  
com requeijão cremoso

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e mamão  
Bolinho de chocolate  
da Páscoa

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

### JANTAR

Arroz, feijão,  
hamburguinho nutritivo,  
massinha caseira.  
Saladas: Cenoura cozida  
e abobrinha italiana.  
Mamão

Arroz, feijão com couve  
batida, franguinho  
grelhado, milho verde.  
Saladas: Pepino e  
brócolis.  
Banana

Arroz, feijão, bifeinho  
grelhado, bolinho de  
espinafre.  
Saladas: Alface e  
tomate.  
Laranja