

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

01 de novembro

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e manga

Sanduíche farroupilha
(alface, tomate, presunto e queijo)

ALMOÇO

Arroz, feijão,
estrogonofe de frango
(com lactose), massa
penne.
Saladas: Chuchu
cozido e repolho roxo.
Creme de caramelo

Dia de Finados

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

05 a 09 de

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Waffle com mel

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e abacaxi
Meia lua com queijo

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Pão de batata

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Pastel de forno com frango

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e banana
Bolo integral de cacau

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango
pizzaiolo (com lactose),
massinha.
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
Mamão

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

Arroz, feijão, lasanha de
frango (com lactose),
brócolis no vapor.
Saladas: Cenoura
cozida e pepino.
Laranja

Arroz, feijão, bife na
chapa, espaguete ao
sugo (separado).
Saladas: couve-flor e
repolho roxo.
Torta de bolacha

Arroz, feijão, frango
grelhado, batata sorriso
assada.
Saladas: Tomate e
brócolis.
Manga

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

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e laranja
Pastel assado de queijo

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e maçã
Iogurte
Biscoitos salgados integrais



ALMOÇO

Arroz, feijão, carne assada, batata doce, couve com farofa.
Saladas: Pepino e couve flor.
Manga

Arroz, lentilha, estrogonofe de carne (com lactose), massa penne.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Gelatina

Arroz, feijão, coração e frango grelhados, purê de batata (com lactose).
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas
Melão

FERIADO

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

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e Melancia
Sanduíche bicolor com
pastinha de cenoura ou
requeijão cremoso

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

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e laranja
Cookies integrais
Espetinho de queijo e
tomate cereja

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango
grelhado com cúrcuma,
omelete de espinafre.
Saladas: Pepino e
tomate.
Manga

Arroz, feijão, peixe,
massa integral com
molho de queijo (com
lactose/separado).
Saladas: Cenoura
cozida e abobrinha
italiana.
Gelatina

Arroz, feijão, mini
almondegas de carne
com aveia, polenta
cremosa.
Saladas: Cenoura
cozida e abobrinha
italiana.
Laranja

Arroz, feijão,
sobrecoca desossada,
purê de moranga,
milho verde.
Saladas: Beterraba e
repolho.
Chico balanceado

Arroz, feijão, lasanha de
carne (com lactose),
seleta de legumes.
Saladas: Alface roxa e
tomate.
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 30 de

Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Pão de batata

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e abacaxi
Sanduiche de queijo

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e manga
Waffel com mel

ALMOÇO

Arroz, feijão, dadinhos de frango grelhados com açafrão, ravióli de queijo (com lactose) ao sugo (separado).
Saladas: Pepino e tomate.
Abacaxi

Arroz, lentilha, hamburquinho nutritivo, massa penne com molho de queijo (separado/com lactose).
Saladas: Cenoura cozida e abobrinha italiana.
Gelatina

Arroz, feijão, frango assado no fubá, bolinho de espinafre (com lactose).
Saladas: Alface e tomate.
Melão

Arroz, feijão, bife grelhado, nhoque da sorte, molho de queijo (com lactose/separado).
Saladas: Brócolis e beterraba.
Creme Napolitano

Arroz, feijão, frango acebolado (separado), batata baby corada.
Saladas: Pepino e tomate. Melancia

LANCHE

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