

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

02 a 06 setembro

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 do céu

Pastel assado de frango

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e abacaxi

Pizza Marguerita de liquidificador
"feita por nós"

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e manga

iogurte
Biscoitos integrais

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Pão de batata

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango grelhado, massa penne, molho de queijo (com lactose/separado)
Saladas: Tomate e pepino.
Mamão

Arroz, feijão, bife grelhado, batata baby assada com azeite de oliva.
Saladas: Brócolis e beterraba.
Manga

Arroz, feijão, espetinho de frango, omelete de espinafre.
Saladas: Cenoura e abobrinha italiana.
Banana

Arroz, feijão, carne assada, farofinha dourada, batata doce.
Saladas: Tomate e alface.
Maçã

Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa.
Saladas: Couve-flor e Pepino.
Laranja

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

09 a 13 setembro

MULTI-IDADE

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Pãozinho meia lua com
queijo quente

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e
bergamota
Nuggets
"feito por nós"

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Esfirra de carne
"feita por nós"

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Bolinho caseiro de
cacau com beterraba

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e
abacaxi
Pão fofinho com doce
de morango "feito por nós"
ou requeijão cremoso

ALMOÇO

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

Arroz, feijão, hambúrguer
nutritivo, massinha
caseira ao sugo (separado).
Saladas: Cenoura cozida
e abobrinha italiana.
Mamão

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

Arroz, feijão, bife
grelhado, batata Suíça
de travessa (com
lactose).
Saladas: Repolho roxo
e couve flor.
Melão

Arroz, feijão, sobrecoxa
desossada assada,
massa integral ao sugo
(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

16 a 19 setembro

MULTI-IDADE

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e laranja

Pão de queijo TRI BOM

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e melão

Kibe assado
DA QUERÊNCIA
"feito por nós"

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e bergamota

Pastel assado de frango
MILONGUEIRO

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e banana

Sanduichinho
FARROUPILHA
(alface, tomate e queijo)

20 DE SETEMBRO

REVOLUÇÃO
FARROUPILHA

ALMOÇO

Arroz, feijão, espetinho de frango com farofa BAGUAL, massa penne ao sugo (separado).
Saladas: Pepino e brócolis
Manga

Arroz, feijão mexido, carreteirinho GAUDÉRIO com ovos picadinhos.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Bergamota

Arroz, feijão, vazio assado BOM BARBARIDADE, couve refogada.
Saladas: Brócolis e alface.
Sagu com creme

Arroz, feijão, coração e frango dos PAMPAS, quibebe.
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.
Melão



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

23 a 27 setembro

MULTI-IDADE

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e melão

Pão de queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e bergamota

Panqueca Americana com mel "feita por nós"

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e mamão

Pão meia lua com queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e manga

Bolinho caseiro de cenoura

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e laranja

iogurte com cereais sem açúcar
Biscoitinhos salgados integrais

ALMOÇO

Arroz, feijão, cubos de frango com molho branco suave (com lactose), batata corada.
Saladas: Tomate e alface Manga

Arroz, feijão, espaguete à bolonhesa, brócolis no vapor.
Saladas: Cenoura e pepino.
Mamão

Arroz, feijão, frango empanado com aveia, purê de batata e cenoura (com lactose).
Saladas: Tomate e chuchu.
Melancia

Arroz, feijão, bife grelhado, massa caseira ao sugo (separado).
Saladas: Couve flor e alface.
Melão

Arroz, feijão, iscas de frango grelhadas, canelone de queijo (com lactose).
Saladas: Brócolis e beterraba.
Abacaxi

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

30 setembro

MULTI-IDADE



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Pastel de forno de queijo

ALMOÇO

Arroz, feijão, sobrecoxa desossada, massa caseira, molho sugo (separado)
Saladas: Tomate e pepino.
Mamão

LANCHE

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