

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

03 a 07 de dezembro Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Sanduiche integral com frios

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

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

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e maçã
Pão de queijo integral

ALMOÇO

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

Arroz, lentilha, espaguete à bolonhesa, brócolis no vapor. Saladas: Cenoura e pepino. Gelatina

Arroz, feijão, panqueca de frango com massa de cenoura (com lactose). Saladas: Tomate e chuchu Melancia

Arroz, feijão, bife grelhado, massa parafuso ao sugo (separado). Saladas: Couve flor e repolho roxo Creme de morango

Arroz, feijão, cubinhos de frango e coraçãozinho grelhados, purê misto (batata e cenoura/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

10 a 14 de dezembro Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

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

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Waffel com mel

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Iogurte
Biscoitinhos integrais

ALMOÇO

Arroz, feijão,
frango assado
empanado com aveia,
purê de batata.
Saladas: Pepino e
tomate.
Manga

Arroz, feijão, peixe
crocante, massa
caseira ao sugo
(separado).
Saladas: Cenoura
cozida e abobrinha
italiana.
Gelatina

Arroz, feijão, frango
assado, polentinha
cremosa.
Saladas: Alface roxa e
tomate.
Laranja

Arroz, feijão, carne
assada, couve
mineira, batata doce.
Saladas: Alface roxa e
tomate.
Creme de chocolate

Arroz, feijão, iscas de
frango grelhadas,
massa penne com
molho de queijo
(separado/com lactose).
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
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

17 a 21 de dezembro Multi-idade

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e abacaxi
Pão de queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Pão fofinho com
requeijão cremoso ou
doce de frutas

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

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Melão e banana
Pão fofinho com frios

ALMOÇO

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

Arroz, lentilha,
espaguete integral,
iscas de carne
aceboladas (cebolas
separadas).
Saladas: Cenoura e
brócolis.
Gelatina

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

Arroz, feijão, bife
grelhado, massa
caseira, molho de
queijo (com lactose).
Saladas: Brócolis e
couve-flor.
Creme de baunilha

Arroz, feijão, lasanha
de frango (com
lactose), brócolis no
vapor.
Saladas: Beterraba e
repolho.
Maçã

LANCHE

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