

LoRD Cardápio Semanal

01 a 05 de Julho Nível 1 e 2

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

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

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

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

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

ALMOÇO

Arroz, feijão, gratinado de frango com molho de ricota (com lactose), tortinha de brócolis.
Saladas: Beterraba cozida e tomate.
Mamão

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, espaguete ao sugo (separado).
Saladas: Cenoura cozida e pepino.
Manga

Arroz, feijão, frango grelhado, bolinho de espinafre.
Saladas: Pepino e tomate.
Abacaxi

Arroz, feijão, bife rolê com cenoura, massa caseira ao molho de queijo (separado/com lactose).
Saladas: Alface e beterraba
Melão

Arroz, feijão, franguinho assado, polentinha cremosa.
Saladas: Cenoura e chuchu
Bergamota

LANCHE

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e laranja
Pão fofinho com requeijão cremoso ou mel

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e bergamota
Pãozinho de batata com requeijão

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Pastelzinho de forno com queijo

JANTAR

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, penne ao sugo (separado).
Saladas: Tomate e chuchu.
Mamão

Arroz, feijão, franguinho assado, polentinha cremosa.
Saladas: Beterraba cozida e brócolis.
Manga

Arroz, feijão, carreteirinho com ovos picadinhos.
Saladas: Alface e tomate.
Abacaxi

Arroz, feijão, tirinhas de frango grelhadas, purê de moranga (com lactose).
Saladas: Tomate e pepino.
Melão

Arroz, feijão, massinha espaguete à bolonhesa, seleta de legumes
Saladas: Beterraba cozida e repolho cozido.
Bergamota

Cardápio Semanal

08 a 12 de julho Nível 1 e 2

LANCHE

2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Pão fofinho com queijo

3ª FEIRA

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

4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Pãozinho estrelinha com manteiga ou mel

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e mamão
Pãozinho de batata

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e maçã
Pãozinho integral com queijo derretido e orégano

ALMOÇO

Arroz, feijão, franguinho grelhado, batata baby corada.
Saladas: Beterraba e repolho.
Mamão

Arroz, feijão, almôndegas com aveia, massinha parafuso.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Banana

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

Arroz, feijão, iscas de carne aceboladas, farofinha dourada, massinha penne.
Saladas: Tomate e chuchu.
Melão

Arroz, feijão, sobrecoxa desossada assada, purê de batata (com lactose).
Saladas: Beterraba e brócolis.
Abacaxi

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e manga
Pizza integral de queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Iogurte
Biscoitinhos integrais

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e mamão
Bolinho caseiro de maçã

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

JANTAR

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

Arroz, feijão, franguinho grelhado com cúrcuma, purê de batata (com lactose).
Saladas: Beterraba e brócolis.
Banana

Arroz, feijão, bifinho grelhado, tortinha integral de legumes.
Saladas: Alface e tomate.
Laranja

Arroz, feijão, risotinho de frango com ovos picadinhos.
Saladas: Brócolis e couve-flor.
Melão

Arroz, feijão, almôndegas com aveia, massinha integral.
Saladas: Tomate e pepino.
Bergamota

LoRD Cardápio Semanal

15 a 19 de julho

Nível 1 e 2

LANCHE

2ª FEIRA

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

3ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e melão
Iogurte
Biscoitinhos salgados
integrais com requeijão

4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e mamão
Sanduichinho bicolor
com queijo e tomate

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e
bergamota
Bolinho caseiro
mesclado

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Pão fofinho com queijo

ALMOÇO

Arroz, feijão, frango
grelhado, massinha
penne com molho de
queijo (separado/com lactose).
Saladas: Pepino e
tomate
Manga

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

Arroz, feijão,
rocambolo de carne
com aveia, espaguete
ao sugo (separado).
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
Banana

Arroz, feijão, carniinha
assada, aipim cozido,
couve refogada.
Saladas: Tomate e
pepino.
Maçã

Arroz, feijão, iscas de
frango e coração
grelhados, polenta
cremosa.
Saladas: Brócolis e
couve-flor.
Laranja

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
Pão estrelinha com
manteiga ou mel

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e mamão
Hamburguinho caseiro
(pão, carne e queijo)

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e
bergamota
Pãozinho integral com
queijo derretido e
orégano

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

JANTAR

Arroz, feijão, bifinho
grelhado, bolinho de
espinafre (com
lactose).
Saladas: Alface e
tomate.
Manga

Arroz, feijão, cubinhos de
frango grelhados com
cúrcuma, massinha integral
com molho de queijo
(separado/ com lactose).
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
Bergamota

Arroz, feijão, iscas de
carne aceboladas
(separado), purê de
batata (com lactose).
Saladas: Alface e
tomate.
Banana

Arroz, feijão, sobrecoxa
desossada assada,
polenta cremosa.
Saladas: Repolho e
brócolis.
Melão

Arroz, feijão,
carreirinho com ovos
picados.
Saladas: Couve-flor e
tomate.
Laranja

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

LoRD Cardápio Semanal

22 e 23 de Julho

Nível 1 e 2

LANCHE

2ª FEIRA

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

3ª FEIRA

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

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

ALMOÇO

Arroz, feijão, bifinho de frango, quibebe. Saladas: Brócolis e repolho. Laranja do céu

Arroz, feijão, bifinho grelhado, batatinha corada. Saladas: Beterraba e chuchu. Bergamota

LANCHE

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

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

JANTAR

Arroz, feijão, massinha bolonhesa. Saladas: Tomate e brócolis. Laranja do céu

Arroz, feijão, lasanha de frango com massa de panqueca, brócolis no vapor. Saladas: Pepino e beterraba

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