



# Cardápio Semanal

13 a 17 de janeiro

Nível 1 e 2

## 2ª FEIRA

## 3ª FEIRA

## 4ª FEIRA

## 5ª FEIRA

## 6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e manga  
Ovo cozido  
Biscoitinhos de arroz integral orgânico

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e laranja  
Sanduichinho com pasta de ricota

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Pãozinho caseiro com manteiga ou doce de banana sem adição de açúcar

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

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melancia  
Pãozinho meia lua com queijo ou mel

ALMOÇO

Arroz, feijão, iscas de frango com creme de milho (com lactose/separado), batata em gomos assada.  
Saladas: Beterraba e cenoura.  
Abacaxi

Arroz, feijão, panqueca de carne, brócolis no vapor.  
Saladas: Alface crespa e tomate.  
Manga

Arroz, feijão, franguinho grelhado com ervas finas, omelete de espinafre.  
Saladas: Cenoura cozida e brócolis.  
Melancia

Arroz, feijão, carne assada, farofinha dourada, couve refogada.  
Saladas: Beterraba cozida e couve-flor.  
Laranja

Arroz, feijão, franguinho grelhado, massinha caseira ao sugo (molho separado).  
Saladas: Tomate e alface americana.  
Mamão

LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e manga  
Sanduíche de forno feito por nós com massa de pão caseiro, molho 100% tomate, queijo mussarela

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

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melão  
MONTE SEU SANDUICHE pão integral, queijo, alface, tomate e cenoura ralada.

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e mamão  
Mini esfirra de frango feita por nós

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melancia  
Cachorro quente saudável (salsicha de carne moída e molho de tomate caseiro)

JANTAR

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e manga  
Bolinho caseiro de mesclado

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e laranja  
Palitinho de queijo e tomate cereja  
Pão estrelinha

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Nuggets caseiro assado feito por nós com peito de frango e temperos naturais

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

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melancia  
Pastelzinho de forno de frango

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

# LoRD Cardápio Semanal

20 a 24 de janeiro

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 manga

MONTE SEU SANDUICHE  
pão integral, queijo, alface,  
tomate e cenoura ralada

## 4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e abacaxi

Mini esfirra de frango  
Feita por nós

## 5ª FEIRA

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e  
melancia

Palitinho de queijo e  
tomate cereja  
Pão florzinha

## 6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Pastelzinho de forno de  
queijo

ALMOÇO

Arroz, feijão,  
franguinho empanado,  
purê de batata e  
cenoura.  
Saladas: Pepino e  
tomate.  
Mamão

Arroz, feijão, bifinho na  
chapa, ovos cozidos e  
batata corada.  
Saladas: Brócolis e  
cenoura.  
Laranja

Arroz, feijão, iscas de  
frango, nhoque ao sugo.  
Saladas: Chuchu e  
tomate.  
Melancia

Arroz, feijão,  
almôndegas, massinha  
penne com molho de  
tomate (separado).  
Saladas: Couve-flor e  
alface roxa.  
Melão

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

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e laranja

Pastelzinho de forno de  
frango

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e manga

Palitinhos de pepino e  
cenoura  
Pãozinho integral

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e abacaxi

Pãozinho meia lua com  
queijo quente

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e  
melancia

Nuggets caseiro assado  
feito por nós com peito de frango  
e temperos naturais

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Bolinho de cacau

JANTAR

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e laranja

Muffin de legumes  
Feito por nós

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e manga

Hamburguinho caseiro  
Feito por nós

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e abacaxi

Bolinho de maçã

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e melancia

Sanduichinho Farroupilha  
(alface, tomate e queijo)

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Pãozinho de queijo

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