

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

01 a 05 de outubro Nível 3 e 4

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Cookies integrais
Palitinhos de cenoura e pepino

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e manga
Bolinho de caseiro de cenoura

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e mamão
Pastel de forno de queijo

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Esfirra de frango

ALMOÇO

Arroz, feijão, franguinho assado, purê de couve-flor (com lactose).
Saladas: Beterraba cozida e repolho.
Mamão

Arroz, feijão, bifinho grelhado, massinha integral com molho branco separado (com lactose).
Saladas: Cenoura cozida e pepino.
Manga

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

Arroz, feijão, almôndegas com aveia ao molho de tomates, massinha caseira.
Saladas: Couve-flor e tomate.
Melão

Arroz, feijão, frango grelhado, bolinho de batata assado.
Saladas: Cenoura e Chuchu
Melancia

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
Pastelzinho de forno com franguinho

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

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Torradinhas integrais com azeite de oliva e orégano

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

08 a 11 de outubro N3 e N4

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Pão fofinho com queijo

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Pão florzinha com
requeijão cremoso ou
doce de leite

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

FELIZ DIA DAS CRIANÇAS

Que todas as crianças
sejam poderosamente
abençoadas!

ALMOÇO

Arroz, feijão, iscas de frango ao creme de milho (com lactose/separado), batatinha em gomos assada.
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.
Mamão

Arroz, feijão, carne assada com farofinha dourada, massinha caseira com molho SUGO (separado).
Saladas: Alface crespa e tomate.
Banana

Arroz, feijão, franguinho empanado assado com aveia, bolinho de espinafre (com lactose).
Saladas: Cenoura cozida e pepino.
Laranja

Arroz, feijão, bifinho grelhado, batata suíça de travessa (com lactose).
Saladas: Pepino e couve flor.
Manga

Dia das Crianças


LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e manga
Pastel de forno de queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Hambúguer caseiro

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Bolinho mármore

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e laranja
Cachorro-quente

FELIZ DIA DAS CRIANÇAS

Que todas as crianças
sejam poderosamente
abençoadas!

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 de outubro Nível 3 e 4

2ª FEIRA

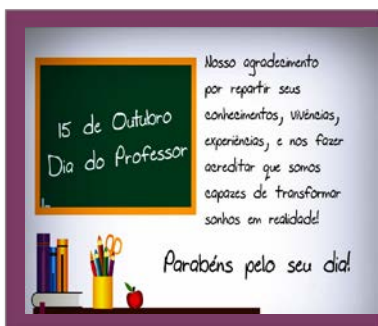
3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e melão

Pãozinho meia lua com queijo quente

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Bolinho formigueiro

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e maçã

Pastelzinho de forno de frango

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e bergamota

Torradinhas integrais com requeijão cremoso ou doce de frutas

ALMOÇO

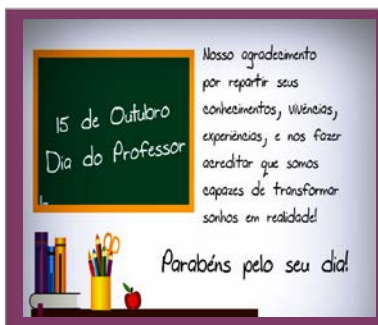
Arroz, feijão, carreteirinho com ovos picadinhos.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Melancia

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

Arroz, feijão, iscas de carne com molho branco suave (com lactose), batata baby corada.
Saladas: Brócolis e alface roxa
Melão

Arroz, feijão, cubinhos de frango grelhados, massinha penne.
Saladas: Couve-flor e alface roxa.
Mamão

LANCHE



Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e melão

Mini pizza integral de queijo

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

iogurte
Biscoitos salgados integrais

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e maçã

Bolinho caseiro de cacau

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e bergamota

Mini esfirra de frango

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

22 a 26 de outubro Nível 3 e 4

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Iogurte
Biscoitos integrais de laranja e aveia

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Mini esfirra de frango

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e mamão
Bolinho caseiro de laranja

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

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

ALMOÇO

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

Arroz, feijão, lasanha de carne, brócolis no vapor.
Saladas: Cenoura cozida e alface.
Mamão

Arroz, feijão, bolinhas de frango e cenoura assadas com molho de tomate (separado), bolinho de espinafre.
Saladas: Tomate e brócolis.
Laranja

Arroz, feijão, bifinho grelhado, massinha parafuso, molho de queijo (com lactose/separado).
Saladas: Chuchu e repolho roxo.
Melão

Arroz, feijão, franguinho assado, polentinha cremosa.
Saladas: Beterraba cozida e cenoura cozida.
Maçã

LANCHE

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Biscoitos integrais de aveia
Palitinhos de pepino e cenoura

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e manga
Bolinho caseiro de cenoura

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e laranja
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

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

29 a 31 de outubro

Nível 3 e 4

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e maçã
Cookies integrais de
castanha

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melancia
Bolinho caseiro de maçã

ALMOÇO

Arroz, feijão, iscas de
frango grelhado,
nhoque da sorte ao
sugo (separado).
Saladas: Beterraba
cozida e pepino.
Maçã

Arroz, feijão,
hamburguinho
nutritivo (carne, cenoura,
abobrinha e aveia), batata
gratinada (com lactose).
Saladas: Brócolis e
cenoura.
Melão

Arroz, feijão, sobrecoxa
desossada no fubá,
milho cozido. Saladas:
Tomate e chuchu.
Abacaxi

LANCHE

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e laranja
Waffel com doce de fruta

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

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

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