

LoRD Cardápio Semanal

02 a 04 de janeiro N1 e N2

LANCHE

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e melão

Pãozinho de queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e melancia

logurte
Biscoitinhos integrais

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e banana

Mini esfirra de frango

ALMOÇO

Arroz, feijão,
franguinho grelhado,
massinha parafuso ao
sugo (molho separado).
Saladas: Tomate e
pepino
Mamão

Arroz, feijão, bifeinho
grelhado, couve-
florempanada com
aveia.
Saladas: Beterraba e
brócolis.
Manga

Arroz, feijão, frango
grelhado, batata
corada, brócolis no
vapor.
Saladas: Cenoura e
chuchu
Abacaxi

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e melão

logurte
Biscoitinhos integrais

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e melancia

Bolinho caseiro de limão

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e banana

Pãozinho de batata

JANTAR

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e melão

Mini pizza integral de
queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e melancia

Pão de queijo integral

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e banana

Sanduichinho
Farroupilha

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

LoRD Cardápio Semanal

07 a 11 de janeiro Nível 1 e 2

LANCHE

2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Pizza integral de queijo

3ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e manga
Bolo caseiro Mármore

4ª FEIRA

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

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e mamão
Pãozinho meia lua com
queijo

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Pão fofinho com
requeijão cremoso ou
doce de frutas

ALMOÇO

Arroz, feijão, franguinho
e coraçãozinho
grelhados, purê de
batata.
Saladas: Tomate e
pepino
Mamão

Arroz, feijão, panqueca
de carne, seleta de
legumes.
Saladas: Beterraba e
brócolis.
Manga

Arroz, feijão, espetinho
de frango com farofa,
bolinho de espinafre (com
lactose). Saladas: Alface e
tomate
Banana

Arroz, feijão, bifeinho
acebolado (cebola
separada), massinha
penne.
Saladas: Couve-flor e
tomate.
Melão

Arroz, feijão, cubinhos
de frango com molho
de queijo, brócolis no
vapor.
Saladas: Cenoura e
chuchu
Abacaxi

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Mini esfirra de frango

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e laranja
do céu
Sanduichinho
Farroupilha

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e mamão
Pastelzinho de forno com
franguinho

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

JANTAR

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e laranja
Espetinho de queijo e
tomate cereja
Biscoitinhos integrais

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e
mamão
Mini esfirra de frango

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Cookies integrais

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

LoRD Cardápio Semanal

14 a 18 de janeiro

Nível 1 e 2

LANCHE

2ª FEIRA

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

3ª FEIRA

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

4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Torradinhas com requeijão cremoso ou mel

5ª FEIRA

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

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melancia
Pãozinho de batata

ALMOÇO

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

Arroz, feijão, carreteirinho com ovos picados.
Saladas: Alface crespa e tomate.
Manga

Arroz, feijão, franguinhogrelhado com ervas finas, polenta cremosa.
Saladas: Cenoura cozida e brócolis.
Melancia

Arroz, feijão, tiras de carne com molho branco suave (com lactose), seleta de legumes.
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
Pãozinho de queijo

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Sanduichinho Farroupilha

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melancia
Pãozinho de batata

JANTAR

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

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

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

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.