

LoRD Cardápio Semanal

02 a 06 de abril

Classe BB

LANCHE

2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Waffles com mel

3ª FEIRA

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

4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e manga
Cupcake de maçã

5ª FEIRA

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

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Palitinhos com queijo e
tomate
Cookies integrais de aveia

ALMOÇO

Arroz, feijão,
franguinho grelhado,
batatinha corada.
Saladas: Beterraba
cozida e repolho.
Mamão

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

Arroz, feijão, franguinho
xadrez, bolinho de
espinafre (com lactose).
Saladas: Alface e
tomate.
Abacaxi

Arroz, feijão, iscas de
carne, massinha caseira.
Saladas: Couve-flor e
tomate.
Melão

Arroz, feijão, lasanha de
frango, brócolis no
vapor.
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
Cupcake de laranja

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e
mamão
Empanada de carne

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e
bergamota
Pãozinho de caseiro com
chimia de casca de banana
ou manteiga

JANTAR

Arroz, feijão, carniinha
assada desfiada,
farofinha dourada,
batatinha doce.
Saladas: Tomate e
chuchu.
Mamão

Arroz, feijão, tiras de
frango grelhadas, purê
de moranga (com lactose).
Saladas: Beterraba
cozida e brócolis.
Manga

Arroz, feijão, massinha
espaguete à bolonhesa,
seleta de legumes.
Saladas: Cenoura cozida
e alface roxa.
Abacaxi

Arroz, feijão, franguinho
assado, polentinha
cremosa.
Saladas: Tomate e
pepino.
Melão

Arroz, feijão, picadinho
de carne com cenouras,
batatinhas sauté.
Saladas: Beterraba
cozida e repolho cozido.
Bergamota

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

LoRD Cardápio Semanal

09 a 13 de abril

Classe BB

LANCHE

2ª FEIRA

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

3ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Pãozinho caseiro
manteiga ou doce de fruta

4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Bolinho caseiro de
banana

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e bergamota
Empanada de carne

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e melão
Torrinhas integrais
com requeijão cremoso

ALMOÇO

Arroz, feijão, tiras de
frango empanadas,
polenta cremosa.
Saladas: Beterraba e
cenoura ralada.
Mamão

Arroz, feijão, canelone
de carne, cenoura com
espinafre.
Saladas: Alface crespa
e tomate.
Banana

Arroz, feijão,
franguinho assado,
milho cozido.
Saladas: Cenoura
cozida e pepino.
Laranja

Arroz, feijão, rocambole
de carne recheado com
requeijão, massinha
espaguete com molho
de queijo separado.
Saladas: Alface crespa
e tomate.
Banana

Arroz, feijão,
franguinho grelhado,
purê de batata.
Saladas: Brócolis e
repolho.
Bergamota

LANCHE

Suco de laranja ou leite
Frutas: Banana e manga
Iogurte
Biscoitinhos integrais
com requeijão cremoso

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

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

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

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e melão
Waffles com mel

JANTAR

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

Arroz, feijão com couve
batida, franguinho
grelhado com açafrão,
purê de batata (com lactose).
Saladas: Pepino e
brócolis.
Banana

Arroz, feijão, bifeinho
grelhado, bolinho de
espinafre.
Saladas: Alface e
tomate.
Laranja

Arroz, feijão, franguinho
assado, polentinha
cremosa. Saladas:
Brócolis e beterraba.
Banana

Arroz, feijão, massinha
bolonhesa.
Saladas: Tomate e
chuchu.
Bergamota

LoRD Cardápio Semanal

16 a 20 de abril

Classe BB

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
Pão florzinha com
requeijão cremoso

4ª FEIRA

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

5ª FEIRA

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

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e manga
Mini calzone de queijo

ALMOÇO

Arroz, feijão, cubos de
frango com molho
branco suave (com lactose),
batata baby.
Saladas: Pepino e couve
flor.
Manga

Arroz, feijão, iscas de
carne grelhadas,
panquequinha de
abobrinha.
Saladas: Alface crespa
e tomate.
Bergamota

Arroz, feijão, coração e
frango grelhadinhos,
polenta cremosa.
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
Banana

Arroz, feijão, lasanha de
carne, seleta de legumes.
Saladas: Brócolis e alface
roxa
Melão

Arroz, feijão, bifinho
na chapa, massinha
parafuso com molho
de tomate (separado).
Saladas: Cenoura e
pepino.
Banana

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
Bolinho caseiro de
maçã

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e mamão
Mini pizza integral de
queijo

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e maçã
Pastelzinho de forno de
frango

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e manga
Biscoitos integrais de laranja
e aveia
Espetinho de queijo e tomate
cereja

JANTAR

Arroz, feijão, bifinho
grelhado, bolinho de
arroz integral com
cenoura (assado/com lactose).
Saladas: Alface e tomate.
Manga

Arroz, feijão, cubinhos de
frango grelhados com
gergelim, panqueca de
abobrinha (com lactose).
Saladas: Beterraba e
cenoura cozidas.
Bergamota

Arroz, feijão, iscas de
carne com molho branco
suave (com lactose),
batatinhas e cenouras
salteadas.
Saladas: Alface e tomate.
Banana

Arroz, feijão, franguinho
empanado com aveia
assado, massa integral
(com molho sugo separado).
Saladas: Cenoura cozida
e pepino.
Melão

Arroz, feijão,
carreirinho com ovos
picadinhos.
Saladas: Brócolis e
tomate.
Banana

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

LoRD

Cardápio Semanal

23 a 27 de abril

Classe BB

LANCHE

2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e melão

Sanduíquinho
Farroupilha
(alface, tomate e queijo)

3ª FEIRA

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e
bergamota

Pastelzinho de forno
de frango

4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e
mamão

Bolinho caseiro
mármore

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e manga

Torrinhas integrais
com requeijão
cremoso

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e
abacaxi

Cookies integrais de
cacau

ALMOÇO

Arroz, feijão, tatu assado
sem recheio, caçarola de
legumes com ricota (com
lactose).
Saladas: Alface roxa e
tomate.
Bergamota

Arroz, feijão,
hamburguinho nutritivo,
penneao sugo (separado).
Saladas: Cenoura cozida
e abobrinha italiana.
Mamão

Arroz, feijão, frango
assado com farofa,
polenta palito.
Saladas: Pepino e
brócolis.
Bergamota

Arroz,
feijão,espaguete à
bolonhesa, brócolis
no vapor.
Saladas: Alface e
tomate.
Melão

Arroz, feijão, risotinho
com ovos picadinhos,
milho na espiga.
Saladas: Beterraba
cozida e cenoura cozida.
Maçã

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e melão

Cookies integrais de
cacau

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e
bergamota

Bolinho caseiro de
limão

Suco de laranja ou
leite

Frutas: Banana e
mamão

Pãozinho de queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e manga

Waffles com mel

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e
abacaxi

Mini calzone de queijo

JANTAR

Arroz, feijão, iscas de
carne, milho na espiga.
Saladas: Tomate e
beterraba cozida.
Bergamota

Arroz, feijão, cubinhos
de frango com molho
branco suave (com lactose),
batatinhas sauté.
Saladas: Brócolis e
couve-flor.
Mamão

Arroz, feijão, bifeinho
grelhado, purê misto
(batata e cenoura).
Saladas: Tomate e
alface roxa.
Bergamota

Arroz, feijão,
franguinho desfiado
com ervilhas frescas,
massinha integral.
Saladas: Cenoura
cozida e repolho.
Melão

Arroz, feijão, carinha
moída com moranga.
Saladas: Brócolis e
tomate.
Maçã

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