



LoRD

Cardápio Semanal

02 a 06 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
Waffles com mel

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

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

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), espaguete. Saladas: Beterraba cozida e tomate. Mamão

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, tortinha de brócolis. Saladas: Cenoura cozida e pepino. Manga

Arroz, feijão, frangogrelhado com queijo, massinha penne ao molho sugo (separado/ com lactose). Saladas: Pepino e tomate.

Arroz, feijão, bife rolê com cenoura, bolinho de espinafre (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
Bolinho caseiro de cenoura

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
Pastelzinho de forno com carne

Suco de laranja ou leite
Frutas: Maçã e banana
Pãozinho de batata com requeijão

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

LoRD

Cardápio Semanal

09 a 13 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

Bolinho caseiro de cacau

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Pastel assado de carne

6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e maçã

Torrinhas com queijo e orégano

ALMOÇO

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

Arroz, feijão, almôndegas com aveia (molho sugo separado), massinha parafuso. Saladas: Alface crespa e tomate. Banana

Arroz, feijão, cubos de frango ao molho de queijo suave (com lactose), couve refogada. Saladas: Cenoura cozida e pepino.

Arroz, feijão, iscas de carne aceboladas (separado), massinha caseira. 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

Bolinho caseiro fubá

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e melão

Pãozinho de queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Torrinhas com queijo e orégano

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, lasanha de carne, brócolis no vapor. Saladas: Tomate e pepino. Bergamota

Cardápio Semanal

16 a 20 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
Pão estrelinha com queijão

4ª FEIRA

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

5ª FEIRA

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e bergamota
Pastel assado de frango

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

Arroz, feijão, bifinho grelhado, purê de batata (com lactose).
Saladas: Brócolis e pepino.
Maçã

Arroz, feijão, iscas de frango e coração grelhados, polenta cremosa.
Saladas: Tomate 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
Bolinho caseiro de cacau

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Banana e bergamota
Waffle com mel

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

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, carreteirinho com ovos picados.
Saladas: Couve-flor e tomate.
Laranja

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