

# LoRD

# Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

01 a 03 de agosto

Nível 3 e 4

## 2ª FEIRA

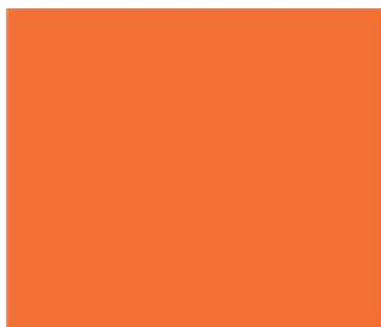
## 3ª FEIRA

## 4ª FEIRA

## 5ª FEIRA

## 6ª FEIRA

LANCHE

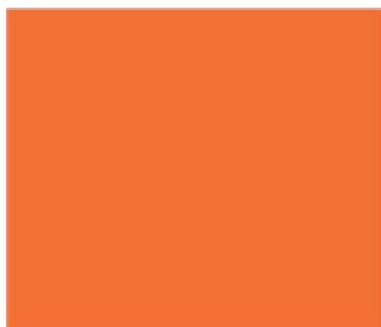


Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e mamão  
Bolinho caseiro de cenoura

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

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Waffel com mel

ALMOÇO



Arroz, feijão, risotinho com ovos picados, milho verde.  
Saladas: Alface roxa e tomate.  
Laranja

Arroz, feijão, bifinho grelhado, massinha espaguete, molho de queijo (separado/com lactose).  
Saladas: Brócolis e couve-flor.  
Melão

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

LANCHE



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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e manga  
Iogurte  
Biscoitos integrais com pastinha de cenoura

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Sanduichinho integral com cream cheese  
Palitinhos de cenoura e pepino

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

## 06 a 10 de agosto Nível 3 e 4

### 2ª FEIRA

### 3ª FEIRA

### 4ª FEIRA

### 5ª FEIRA

### 6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e manga  
Torradinhas integrais com requeijão cremoso ou doce de frutas

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e bergamota  
logurte  
Biscoitinhos integrais com requeijão cremoso

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e abacaxi  
Meia lua com queijo quente

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

ALMOÇO

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

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, bolinho de arroz integral com legumes assado.  
Saladas: Alface crespa e tomate.  
Banana

Arroz, feijão, franguinho empanado assado com aveia, massinha caseira ao sugo (separado).  
Saladas: Cenoura cozida e pepino.  
Laranja

Arroz, feijão, iscas de carne aceboladas (separado), batata gratinada (com lactose).  
Saladas: Brócolis e tomate.  
Manga

Arroz, feijão, penne à bolonhesa, mexido de espinafre.  
Saladas: Beterraba e repolho.  
Abacaxi

LANCHE

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

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

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e abacaxi  
Bolinho caseiro de limão

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e maçã  
Waffel com mel

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

## 13 a 17 de agosto Nível 3 e 4

### 2ª FEIRA

### 3ª FEIRA

### 4ª FEIRA

### 5ª FEIRA

### 6ª FEIRA

#### LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e laranja  
Torradinhas com queijo e orégano

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Pastelzinho de forno de carne

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Bergamota e maçã  
Pãozinho de batata

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

#### ALMOÇO

Arroz, feijão, carniinha assada, couve refogada, farofinha dourada.  
Saladas: Pepino e couve flor.  
Manga

Arroz, feijão, carreteiro com ovos picadinhos.  
Saladas: Alface crespa e tomate.  
Bergamota

Arroz, feijão, coração e frango grelhados, purê de batata.  
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.  
Banana

Arroz, feijão, rocambolo de carne com queijo, massa parafuso com molho *sugo* (separado).  
Saladas: Brócolis e pepino  
Melão

Arroz, feijão, panqueca de frango, brócolis no vapor.  
Saladas: Tomate e alface.  
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  
Biscoitos integrais de laranja e aveia  
Espetinho de queijo e tomate cereja

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Bergamota e maçã  
Bolinho caseiro formigueiro

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

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

## 20 a 24 de agosto Nível 3 e 4

### 2ª FEIRA

### 3ª FEIRA

### 4ª FEIRA

### 5ª FEIRA

### 6ª FEIRA

#### LANCHE

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e bergamota  
Pastelzinho de forno de frango

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e manga  
Torradinhas integrais com azeite de oliva e orégano

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

#### ALMOÇO

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

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

Arroz, feijão, carne assada com farofa, batatinha doce.  
Saladas: Alface roxa e tomate.  
Laranja

Arroz, feijão, lasanha de carne (com lactose), brócolis no vapor.  
Saladas: Alface e tomate.  
Melão

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

#### LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Pastelzinho de forno de carne

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e bergamota  
Pão estrelinha com pasta de cenoura ou requeijão cremoso

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

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

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e abacaxi  
Hamburguinho caseiro

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

## 27 a 31 de agosto Nível 3 e 4

### 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 manga  
Bolinho caseiro de limão

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

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

ALMOÇO

Arroz, feijão, cubinhos de frango ao molho de queijo suave (com lactose), batatinha corada.  
Saladas: Beterraba cozida e repolho.  
Mamão

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

Arroz, feijão, frango fantasia (milho e ervilha), nhoque.  
Saladas: Alface e tomate.  
Abacaxi

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

Arroz, feijão, frango grelhado, panqueca de abobrinha italiana (com lactose).  
Saladas: Cenoura e Chuchu  
Bergamota

LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e melão  
Torradinhas integrais com requeijão cremoso ou doce de frutas

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

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e manga  
Meia lua com queijo quente

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

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

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