

LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

02 a 06 de julho 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 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).
Saladas: Pepino e tomate.
Abacaxi

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 carne

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

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

09 a 13 de julho Nível 3 e 4

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

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

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

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

Suco de uva ou leite
Frutas: Maçã e mamão
Pastel assado de carne

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. Laranja

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

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 20 de julho Nível 3 e 4

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e laranja

Pãozinho de queijo

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e melão

Pão estrelinha com requeijão

Suco de laranja ou leite

Frutas: Maçã e mamão

Bolinho caseiro de fubá

Suco de uva ou leite

Frutas: Banana e bergamota

Pastel assado de frango

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, bifeinho 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

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.