

# LoRD Cardápio Semanal

02 a 04 de maio

Nível 1 e 2

LANCHE

ALMOÇO

LANCHE

JANTAR

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA



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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e mamão  
Iogurte  
Biscoitos salgados integrais

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



Arroz, feijão, lasanha de carne (com lactose), seleta de legumes.  
Saladas: Alface e tomate.  
Abacaxi

Arroz, feijão, iscas de frango ao molho de queijo suave, massinha para fusão.  
Saladas: Couve-flor e tomate.  
Melão

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, purê de batata (com lactose).  
Saladas: Cenoura e chuchu  
Bergamota



Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e manga  
Torrinhas integrais com requeijão cremoso

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e mamão  
Bolinho de laranja

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e banana  
Pãozinho caseiro com requeijão cremoso ou doce de frutas



Arroz, feijão, franguinho grelhado, panqueca de abobrinha (com leite).  
Saladas: Cenoura cozida e couve-flor.  
Abacaxi

Arroz, feijão, iscas de carne orientais (com legumes), massinha integral.  
Saladas: Tomate e pepino.  
Melão

Arroz, feijão, cubinhos de frango grelhados com açafrão, batata e cenoura salteadas.  
Saladas: Beterraba cozida e repolho cozido.  
Bergamota

# LoRD

# Cardápio Semanal

07 a 11 de maio

Nível 1 e 2

LANCHE

## 2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e mamão  
Waffles com mel

## 3ª FEIRA

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e bergamota  
Pãozinho caseiro com requeijão cremoso ou doce de frutas

## 4ª FEIRA

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

## 5ª FEIRA

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e manga  
Pastel fofinho de queijo

## 6ª FEIRA

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

ALMOÇO

Arroz, feijão, franguinhogrelhado, massinha penne ao sugo (separada)  
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.  
Mamão

Arroz, feijão, rocambole de carne, purê de batata.  
Saladas: Alface crespa e tomate.  
Banana

Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa.  
Saladas: Cenoura cozida e pepino.  
Bergamota

Arroz, feijão, hamburguinho nutritivo (carne, aveia e legumes), espaguete ao sugo (separado).  
Saladas: couve-flor e repolho roxo. Melão

Arroz, feijão, iscas de frango aceboladas (cebolas separadas), kibe de moranga.  
Saladas: Tomate e brócolis.  
Manga

LANCHE

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

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

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e manga  
logurte  
Biscoitosalgados integrais

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e banana  
Pão florzinha com pasta de ricota

JANTAR

Arroz, feijão, rocambole de carne, purê de batata (com lactose).  
Saladas: Cenoura cozida e abobrinha italiana.  
Mamão

Arroz, feijão, franguinho grelhado com açafrão, tortinha integral de legumes.  
Saladas: Pepino e brócolis.  
Banana

Arroz, feijão, picadinho de panela com legumes, massinha penne.  
Saladas: Alface e tomate.  
Laranja

Arroz, feijão, estrogonofe de frango (com lactose), batata sauté. Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.  
Melão

Arroz, feijão, bifinho grelhado, massinha parafuso integral ao sugo (separado). Saladas: Tomate e pepino.  
Manga

# LoRD Cardápio Semanal

14 a 18 de maio

Nível 1 e 2

LANCHE

## 2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e laranja  
Sanduichinhotriângulo de pão preto com queijo

## 3ª FEIRA

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Biscoitinho integral de morango e cereais

## 4ª FEIRA

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

## 5ª FEIRA

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

## 6ª FEIRA

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

ALMOÇO

Arroz, feijão, iscas de frango grelhadas, massinha caseira ao molho de queijo (separado - com lactose).  
Saladas: Pepino e brócolis.  
Manga

Arroz, feijão, bifinho na chapa, batata corada.  
Saladas: Alface crespa e tomate.  
Bergamota

Arroz, feijão, frango desossado, polenta palito.  
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.  
Banana

Arroz, feijão, bife role, massinha espaguete.  
Saladas: Couve-flor e pepino.  
Melão

Arroz, feijão, carreteirinho com ovos picados.  
Saladas: Repolho e tomate.  
Mamão

LANCHE

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Maçã e laranja  
Pastel fofinho de queijo

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Bolinho caseiro de fubá

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

Suco de uva ou leite  
Frutas: Banana e maçã  
Cookies integrais de castanha

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

JANTAR

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

Arroz, feijão, franguinho grelhado, quibebe  
Saladas: Beterraba e cenoura cozidas.  
Bergamota

Arroz, feijão, iscas de carne aceboladas, batatinha em gomos corada.  
Saladas: moranguinha e pepino.  
Banana

Arroz, feijão, picadinho de frango com batata e cenoura, bolinho de arroz integral com cenoura.  
Saladas: Tomate e repolho.  
Melão

Arroz, feijão, bifinho na chapa, massinha penne com molho de tomate (separado).  
Saladas: Brócolis e abobrinha italiana.  
Mamão

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



# LoRD Cardápio Semanal

21 a 25 de maio

NÍVEL 1 E 2

LANCHE

## 2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e melão

Sanduíchinho  
farroupilha  
(alface, tomate e queijo)

## 3ª FEIRA

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e  
bergamota

Pão florzinha com  
pasta de ricota

## 4ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e  
mamão

Bolinho caseiro de  
cacau

## 5ª FEIRA

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e manga

logurte  
Biscoitos salgados  
integrals

## 6ª FEIRA

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e laranja

Pão fofinho com  
requeijão cremoso ou  
doce de fruta

ALMOÇO

Arroz, feijão, franguinho  
grelhado com açafrão,  
massinha penne com  
molho branco (separado - com  
lactose).  
Saladas: Pepino e tomate.  
Bergamota

Arroz, feijão, panqueca de  
carne, milho na espiga.  
Saladas: Cenoura e  
repolho.  
Laranja

Arroz, feijão, lasanha  
de frango (com lactose),  
legumes com quinoa.  
Saladas: Alface e  
tomate  
Laranja

Arroz, feijão, bifinho  
grelhado, bolinho de  
espinafre (com lactose).  
Saladas: Alface e  
tomate.  
Melão

Arroz, feijão, franguinho  
grelhado com ervas finas,  
massinha parafuso  
integral ao sugo (separado).  
Saladas: Beterraba  
cozida e cenoura cozida.  
Maçã

LANCHE

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e melão

Biscoitinho integral aveia  
Palitinho com tomate  
cereja e queijo branco

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e  
bergamota

Bolinho caseiro de  
laranja

Suco de laranja ou  
leite

Frutas: Banana e  
mamão

Esfirra de frango

Suco de uva ou leite

Frutas: Maçã e manga

Waffles com mel

Suco de laranja ou leite

Frutas: Banana e laranja

Empanada de carne

JANTAR

Arroz, feijão, tatu assado  
sem recheio com molho  
escuro, batata doce.  
Saladas: Tomate e  
beterraba cozida.  
Bergamota

Arroz, feijão, franguinho  
desfiado ao sugo,  
massinha caseira.  
Saladas: Brócolis e  
couve-flor.  
Mamão

Arroz, feijão, bifinho  
grelhado, purê misto  
com batata e  
cenoura (com lactose).  
Saladas: Tomate e  
alface roxa.  
Laranja

Arroz, feijão,  
sobrecoca assada,  
polentinha cremosa.  
Saladas: Cenoura  
cozida e repolho.  
Melão

Arroz, feijão, iscas de  
carne com molho  
branco suave (com  
lactose), batatinha sauté  
Saladas: Brócolis e  
tomate.  
Maçã

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

# Cardápio Semanal

28 a 30 de maio

NÍVEL 1 E 2

LANCHE

## 2ª FEIRA

Suco de laranja ou leite  
Frutas: Banana e melão  
Pão meia lua com  
queijo quente

## 3ª FEIRA

Suco de uva ou leite  
Frutas: Maçã e bergamota  
Biscoitinho integral de  
aveia  
Palitinho com  
tomate-cereja e queijo

## 4ª FEIRA

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

## 5ª FEIRA

## 6ª FEIRA

ALMOÇO

Arroz, feijão,  
franguinho xadrez,  
massinha espaguete.  
Saladas: Pepino e  
cenoura.  
Bergamota

Arroz, feijão, carne  
assada, nhoque da sorte.  
Saladas: Alface roxa e  
tomate.  
Laranja

Arroz, feijão,  
coraçõzinho e frango  
grelhados, purê de  
batata.  
Saladas: Alface roxa e  
tomate.  
Melão

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  
Bolinho caseiro  
mármore

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

JANTAR

Arroz, feijão, guisadinho  
Maria Luísa, bolinho de  
espinafre.  
Saladas: Tomate e  
beterraba cozida.  
Bergamota

Arroz, feijão,  
coraçõzinho e frango  
grelhados, nhoque da  
sorte.  
Saladas: Brócolis e  
couve-flor.  
Laranja

Arroz, feijão, picadinho  
de panela, polentinha  
cremosa  
Saladas: Tomate e  
alface roxa.  
Melão

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