



LoRD Cardápio Semanal

01 de setembro

N 3 e 4



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



Suco
Fruta: Salada de frutas
Bolinho rústico de banana


ALMOÇO



Arroz, feijão, bife grelhado, purezinho cremoso de batata.
Saladas: Cenoura e chuchu

LANCHE



Suco 
Fruta: Salada de frutas
Sanduiche integral

JANTAR



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



LoRD Cardápio Semanal

04 a 06 de setembro

N 3 e 4



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco
Fruta: Laranja em gomos
Mini pão de queijo
Fresquinho

Suco
Fruta: Maçã
Torrinhas com manteiga
logurte

Suco
Fruta: Melão
Bolinho caseiro de laranja *artesanal com redução de açúcar*



ALMOÇO

Arroz, feijão, strogonoff de frango com molho branco suave, batata baby assada.
Saladas: Beterraba cozida e brócolis

Arroz, feijão, almondegas, massa caseira com molho sugo separado.
Saladas: Tomate e alface crespa

Arroz, feijão, lombinho assado com farofa, couve refogada e quibebe.
Saladas: Couve-flor e cenoura



LANCHE

Suco
Fruta: Laranja em gomos
Mini Esfiha de frango
Feita por nós

Suco
Fruta: Maçã
Brownie de cacau

Suco
Fruta: Melão
Sanduíche do Brasil
(pãozinho de espinafre com recheio de queijo)



JANTAR



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



LoRD Cardápio Semanal

11 a 15 de setembro

N 3 e 4



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco
Fruta: Banana
Mini esfirra de carne *caseira*

Suco
Fruta: Manga
Panquequinha americana com mel

Suco
Fruta: Maçã
Torradinha integral com queijo

Suco
Fruta: Laranja
Hamburguinho caseiro

Suco
Fruta: Melão
Biscoitinhos de maisena *artesanais*

ALMOÇO

Arroz, feijão, coração e frango grelhados com farofa, cenoura salteada na manteiga.
Saladas: Beterraba e chuchu.

Arroz, feijão, espaguete com carminha moída ao molho sugo (separado), omelete de espinafre.
Saladas: Alface e tomate.

Arroz, feijão, galinha escabelada coberta com batatinha corada.
Saladas: Cenoura cozida e vagem.

Arroz, feijão, lasanha delícia de carne, brócolis no vapor.
Saladas: Beterraba cozida e cenoura

Arroz, feijão, iscas de frango aceboladas (cebola separada), aipim palito assado.
Saladas: Chuchu e tomate.

LANCHE

Suco
Fruta: Banana
Crepe de brócolis e queijo

Suco
Fruta: Manga
Hamburguinho (*pão caseiro, 100% carne e queijo mussarela*)

Suco
Fruta: Maçã
Bolinho de cacau e beterrada *caseiro*

Suco
Fruta: Laranja
Torradinhas na manteiga logurte

Suco
Fruta: Melão
Pãozinho caseiro de cenoura com queijo

JANTAR

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



LoRD Cardápio Semanal

18 a 22 de setembro

N 3 e 4



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE

Suco
Fruta: Banana
Torradinha de queijo

Suco
Fruta: Maçã
Pastelzinho de forno de frango
Feito por nós



Suco
Fruta: Melão
Mini pizza de queijo

Suco
Fruta: Salada de frutas
Novidade
Muffin de laranja e cacau

ALMOÇO

Arroz, feijão, bifinho grelhado, massa caseira ao molho branco (*molho separado*).
Saladas: Alface crespa e tomate.

Arroz, feijão, espetinho de carne e frango com farofa, bolinho de aipim.
Saladas: Brócolis e tomate.



Arroz, feijão, franguinho assado com polentinha brustolada.
Saladas: Cenoura ralada e beterraba cozida.

Arroz, feijão, panquequinha recheada com carne.
Saladas: Couve-flor e tomate.

LANCHE

Suco
Fruta: Banana
Cookies caseiros

Suco
Fruta: Maçã
Sanduichinho integral farroupilha (*alface, tomate e queijo*)



Suco
Fruta: Melão
Muffin nutritivo de cenoura
Com redução de açúcar

Suco
Fruta: Salada de frutas
Pãozinho de queijo assadinho na hora

JANTAR



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

LoRD

Cardápio Semanal

25 a 29 de setembro

N 3 e 4

LANCHE

ALMOÇO

LANCHE

JANTAR

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

Suco
Fruta: Banana
Pãozinho caseiro com queijo

Suco
Fruta: Laranja em Gomos
Cookies caseiros

Suco
Fruta: Maçã
Panquequinha de banana e aveia
Feito por nós

Suco
Fruta: Manga
Pizza caseira de queijo

Suco
Fruta: Banana
Bolinho milho

Arroz, feijão, peixinho grelhado, purezinho cremoso de batata.
Saladas: Couve flor e repolho roxo

Arroz, feijão, franguinho grelhado, massinha parafuso com molho sugo (*molho separado*)
Saladas: Pepino e tomate.

Arroz, feijão, almondegas (molho de tomate separado), polenta cremosa.
Saladas: Alface e tomate

Arroz, feijão, franguinho xadrez (com brócolis, couve-flor e cenoura separados), massinha espaguete.
Saladas: Cenoura ralada e beterraba cozida.

Arroz, feijão, bife na chapa, nhoque da sorte.
Saladas: Pepino e tomate

Suco
Fruta: Banana
Bolo mesclado

Suco
Fruta: Laranja em gomos
Sanduiche com pão caseiro de beterraba

Suco
Fruta: Maçã
Brownie caseiro

Suco
Fruta: Manga
Iogurte
Torrinhas na manteiga

Suco
Fruta: Banana
Pizza caseira de queijo