



# Lord Cardápio Semanal

03 e 05 de abril

CBB e N1



**LANCHE**

**2<sup>a</sup> FEIRA**

Suco  
Fruta: Banana  
Queijo quente  
*Preparado na hora*

**3<sup>a</sup> FEIRA**

Suco  
Fruta: Laranja  
Torradinhas com manteiga  
iogurte

**4<sup>a</sup> FEIRA**

Suco  
Fruta: Melão  
Mini pão de queijo  
*Fresquinho*

**5<sup>a</sup> FEIRA**

**6<sup>a</sup> FEIRA**

**ALMOÇO**

Arroz, feijão, estrogonofe de frango com molho branco suave, seleta de legumes.

Saladas: cenoura e chuchu

Arroz, feijão, bifinho de hambúrguer 100% carne bovina (*preparado aqui*), massa caseira.

Saladas: tomate e beterraba

Arroz, feijão, peixinho grelhado com purê cremoso de batatas.

Saladas: brócolis e pepino

**JANTAR**

Arroz, feijão, risotinho de frango com ovos picadinhos.

Saladas: cenoura cozida e chuchu

Arroz, feijão, franguinho assado, com aipim na manteiga.

Saladas: tomate e beterraba

Arroz, feijão, peito de frango grelhado, tortinha de legumes.

Saladas: brócolis e pepino

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



# Lord Cardápio Semanal

10 a 14 de abril

CBB e N1



2<sup>a</sup> FEIRA

3<sup>a</sup> FEIRA

4<sup>a</sup> FEIRA

5<sup>a</sup> FEIRA

6<sup>a</sup> FEIRA

LANCHE

Suco
Fruta: Banana
Torradinha de queijo

Suco
Fruta: Melão
Bolinho de maçã sem adição de açúcar 100% caseiro

Suco
Fruta: Maçã
Sanduichinho integral

Suco
Fruta: Mamão
Pastelzinho caseiro e assado de frango

Suco
Fruta: Manga
Panquequinhas de banana e aveia

ALMOÇO

Arroz, feijão, panquequinha com massa de espinafre recheada com frango desfiado.
Saladas: Tomate e brócolis.

Arroz, feijão, almôndegas de carne, massinha parafuso.
Saladas: Couve-flor e beterraba.

Arroz, feijão, iscas aceboladas (cebola separada), massinha.
Saladas: Cenoura cozida e pepino.

Arroz, feijão, frango e coraçãozinho na chapa, polenta palito assada.
Saladas: Repolho roxo e tomate.

Arroz, feijão, carne assada, farofinha dourada com açafrão, batatinha doce.
Saladas: Chuchu e beterraba ralada.

JANTAR

Arroz, feijão, franguinho grelhado, massinha penne.
Saladas: Tomate e brócolis.

Arroz, feijão, frango e coraçãozinho na chapa, aipim cozido.
Saladas: Couve-flor e beterraba.

Arroz, Lentilha, carreteiro de carne com milho verde na espiga.
Saladas: Cenoura cozida e pepino.

Arroz, feijão, iscas de frango empanadas e assadas, purê de moranga.
Saladas: Repolho roxo e tomate.

Arroz, feijão, bifinho de carne, bolinho de aipim assado.
Saladas: Chuchu e beterraba ralada.

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



# Lord Cardápio Semanal

17 a 20 de abril

CBB e N1



2<sup>a</sup> FEIRA

3<sup>a</sup> FEIRA

4<sup>a</sup> FEIRA

5<sup>a</sup> FEIRA

6<sup>a</sup> FEIRA

LANCHE

Suco
Fruta: Banana
Mini esfirra de carne caseira

Suco
Fruta: Manga
Pãozinho de queijo

Suco
Fruta: Maçã
Torradinha integral com queijo

Suco
Fruta: Laranja do céu
Hambúrguer (pão caseiro, 100% carne e queijo mussarela)

Suco

ALMOÇO

Arroz, feijão, peixinho grelhado, purê de batata.
Saladas: Beterraba e chuchu.

Arroz, feijão, espaguete com carninha moída ao molho sugo suave.
Saladas: Brócolis e tomate.

<b>ALA MINUTA SAUDAVEL</b>
Arroz, feijão, bifinho grelhado, batatinha palito assada, ovinho na chapa.
Saladas: Cenoura cozida e vagem.

Arroz, feijão, frango assado, polentinha cremosa.
Saladas: Chuchu e tomate.


JANTAR

Suco
Fruta: Banana
Pãozinho de queijo

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

Suco
Fruta: Maçã
Muffin de brócolis

Suco
Fruta: Laranja do céu
Sanduichinho integral


Arroz, feijão, iscas de frango com molho suave, massinha integral.
Saladas: Beterraba e chuchu.

<b>ALA MINUTA SAUDAVEL</b>
Arroz, feijão, bifinho grelhado, batatinha palito assada, ovinho cozido.
Saladas: Brócolis e tomate.

Arroz, feijão, franguinho grelhado, panqueca de abobrinha.
Saladas: Cenoura cozida e vagem.

Arroz, feijão, lombinho assado com farofa, couve refogada.
Saladas: Chuchu e tomate.


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



# Lord Cardápio Semanal

24 a 28 de abril

CBB e N1



2<sup>a</sup> FEIRA

3<sup>a</sup> FEIRA

4<sup>a</sup> FEIRA

5<sup>a</sup> FEIRA

6<sup>a</sup> FEIRA

LANCHE

Suco
Fruta: Banana
Pãozinho de queijo fresco

Suco
Fruta: Melão
Sanduiche integral

Suco
Fruta: Maçã
Esfirrinha de frango <i>Feito por nós</i>

Suco
Fruta: Bergamota
Torradinhas com manteiga

Suco
Fruta: Banana
Pastelzinho assado de carne <i>Feito por nós</i>

ALMOÇO

Arroz, feijão, estrogofe suave de carne, batatinha corada.
Saladas: Tomate e brócolis.

Arroz, feijão, peito de frango grelhado, massinha caseira com molho sugo separado.
Saladas: Couve-flor e beterraba.

Arroz, feijão, lasanha de carne.
Saladas: Alface e tomate.

Arroz, feijão, bifinho grelhado, bolinho de arroz e cenoura assado.
Saladas: Cenoura cozida e repolho roxo.

Arroz, feijão, espetinho de frango com farofinha, purê de batata.
Saladas: Brócolis e chuchu.

JANTAR

Arroz, feijão, franguinho grelhado, massinha penne.
Saladas: Tomate e brócolis.

Arroz, feijão, iscas de frango com purê misto de batata com moranga.
Saladas: Couve-flor e

Arroz, feijão, almondegas de carne com tortilla de batata.
Saladas: Alface e tomate.

Arroz, feijão, risotinho de frango com ovos.
Saladas: Cenoura cozida e repolho roxo.

Arroz, feijão, frango e coraçãozinho grelhados, polentinha cremosa.
Saladas: Brócolis e chuchu.

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