



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



Suco
Fruta: Manga
Panquequinha americana



Suco
Fruta: Salada de frutas
Bolinho rústico de banana e passas

ALMOÇO



Arroz, feijão, iscas de frango empanadas ao forno, purezinho cremoso de batata.
Saladas: Cenoura e brócolis



Arroz, lentilha, panquequinha nutritiva de carne.
Saladas: Beterraba e chuchu

LANCHE



Suco
Frutas: Manga
Pizza caseira mussarela (molho 100% tomate)



Suco
Fruta: Salada de frutas
Biscoitinhos de cacau

JANTAR



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

LoRD Cardápio Semanal

06 a 10 de novembro

Nível 3 e 4

LANCHE

2ª FEIRA

Suco

Fruta: Banana

Pãozinho de queijo
assado na hora

3ª FEIRA

Suco

Fruta: Melão

Sandwichinho de pão
caseiro

Feito por nós

4ª FEIRA

Suco

Fruta: Maçã

Ovinho cozido
Torradinhas

5ª FEIRA

Suco

Fruta: Laranja

Bolinho caseiro de maçã

6ª FEIRA

Suco

Fruta: Uva sem sementes

Biscoitinhos caseiros de
polvilho

ALMOÇO

Arroz, feijão,
dadinhos de frango
grelhados com creme de
milho (*separado*),
batatinha em gomos
assada.
Saladas: Beterraba
ralada e chuchu

Arroz, feijão, carreteiro
com ovo na chapa,
farofinha com açafrão.

Saladas: Cenoura ralada
e brócolis

Arroz, lentilha,
frango grelhado, pastel
assado de carne. ♡

Saladas: Tomate e
alface crespa

Arroz, feijão,
iscas de carne com
molho branco,
massinha conchinha
(*molho separado*)

Saladas: Couve-flor e
tomate

Arroz, feijão,
frango e coraçãozinho
grelhados, polentinha
cremosa.

♡
Saladas: Brócolis e
Beterraba

LANCHE

Suco

Fruta: Banana

Sandwichinho com pão
de cenoura (*formato
coelhinho*)
produção própria

Suco

Fruta: Melão

Pastelzinho *caseiro* de
queijo

Suco

Fruta: Maçã

Panquequinha americana
com gotas de cacau

Suco

Fruta: Laranja

Hamburguinho caseiro

Suco de laranja

Fruta: Uva sem sementes

Pão florzinha com doce
caseiro de morango 🍓

JANTAR

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

LoRD Cardápio Semanal

13 a 17 de novembro

Nível 3 e 4

LANCHE

2ª FEIRA

Suco

Fruta: Banana

Panquequinha de
banana e aveia

3ª FEIRA

Suco

Fruta: Maçã

Torrada de queijo
quente

4ª FEIRA

5ª FEIRA

Suco

Fruta: Manga

Pãozinho de queijo

6ª FEIRA

Suco

Fruta: Laranja

Mini Esfiha de carne
Produção própria

ALMOÇO

Arroz, feijão,
franguinho grelhado,
purê de batata cremoso.

Saladas: Tomate e
cenoura

Arroz, feijão,
lasanha delícia de
carne, brócolis no
vapor.

Saladas: Beterraba
cozida e cenoura ralada

Arroz, feijão,
almondegas ao sugo,
massa caseira.

Saladas: Alface crespa
e tomate

Arroz, feijão,
lombinho assado,
couve refogada com
farofinha nutritiva

Saladas: Couve-flor e
cenoura.

LANCHE

Suco

Fruta: Banana

Mini Esfiha de carne
Produção própria

Suco

Fruta: Maçã

Brownie
Produção própria

Suco

Fruta: Manga

Pãozinho croissant com
queijo mussarela

Suco

Fruta: Laranja

Bolinho de banana com
açúcar mascavo
100% caseiro

JANTAR

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

LoRD Cardápio Semanal

20 a 24 de novembro NÍVEL 3 e 4

LANCHE

2ª FEIRA

Suco
Fruta: Banana
Pãozinho de batata

3ª FEIRA

Suco
Fruta: Melão em gomos
Pãozinho de queijo

4ª FEIRA

Suco
Fruta: Maçã
Bolinho de banana

5ª FEIRA

Suco
Fruta: Abacaxi
Pizza caseira

6ª FEIRA

Suco
Fruta: Melancia
Mini calzone de frango

ALMOÇO

Arroz, feijão, franguinho grelhado, farofinha com ovos, milho verde na espiga.
Saladas: Pepino e tomate

Arroz, feijão, iscas de carne aceboladas (*cebolas separadas*), massinha parafuso (*molho separado*).
Saladas: Cenoura e abobrinha italiana ralada

Arroz, feijão, frango assado com polentinha cremosa.
Saladas: Couve-flor e beterraba ralada

Arroz, feijão, frango desfiado com milho, massinha espaguete (*molho separado*).
Saladas: Alface e tomate

Arroz, feijão, bife grelhado e bolinho de aipim.
Saladas: Beterraba cozida e cenoura ralada

LANCHE

Suco
Fruta: Banana
Mini pão de queijo
Assado na hora

Suco
Fruta: Melão em gomos
Bolinho caseiro de cenoura

Suco
Fruta: Maçã
Mini calzone de frango

Suco
Fruta: Abacaxi
Iogurte
Biscoitos caseiros de polvilho

Suco
Fruta: Melancia
Biscoitinhos de maizena caseiros

JANTAR

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

LoRD Cardápio Semanal

27 a 30 de novembro NÍVEL 3 e 4

LANCHE

2ª FEIRA

Suco

Fruta: Banana

Pizza caseira

3ª FEIRA

Suco

Fruta: Laranja

Bolinho de cacau

4ª FEIRA

Suco

Fruta: Maçã

Pãozinho de cenoura
formato de coelho
com pastinha de ricota

5ª FEIRA

Suco

Fruta: Salada de frutas

Enroladinho de queijo
coalho

6ª FEIRA

ALMOÇO

Arroz, feijão,
guisadinho de carne
primavera e massinha
caseira.

Saladas: Tomate e
couve-flor

Arroz, feijão,
Isclas empanadas de
frango, purê de
moranga.

Saladas: Beterraba e
pepino

Arroz, feijão,
peixinho grelhado,
nhoque da sorte.

Saladas: Cenoura e
brócolis

Arroz, feijão,
bifinho grelhado, ovo na
chapa,
batatinha palito assada.

Saladas: Alface e tomate

LANCHE

Suco

Fruta: Banana

Bolinho de cacau

Suco

Fruta: Melancia

Pãozinho de cenoura
formato de coelho com
pastinha de ricota

Suco

Fruta: Maçã

Tomate cereja e ovinho de
codorna
Torradinhas de pão caseiro

Suco

Fruta: Salada de frutas

Pizza caseira marguerita
(molho 100% tomate,
mussarela e manjericão)

JANTAR

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