

LoRD

# Cardápio Semanal

03 a 07 de janeiro

N3 e N4



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



Suco  
Fruta: Banana  
Queijo quente

Suco  
Fruta: Melancia  
Bolinho formigueiro

Suco  
Fruta: Maçã  
Pãozinho de queijo

Suco  
Fruta: Abacaxi  
Sanduichinho de pão caseiro

ALMOÇO



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

Arroz, feijão, massinha bolonhesa.  
Saladas: Brócolis e cenoura ralada.

Arroz, feijão, franguinho grelhado, polenta na chapa.  
Saladas: Beterraba e couve-flor.

Arroz, feijão, panquequinha nutritiva de carne.  
Saladas: Tomate e chuchu

LANCHE



Suco  
Fruta: Banana  
Bolinho formigueiro

Suco  
Fruta: Melancia  
Sanduichinho de pão caseiro

Suco  
Fruta: Maçã  
Cookies caseiro

Suco  
Fruta: Abacaxi  
Esfirrinha de carne

JANTAR



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



# LoRD Cardápio Semanal

09 a 13 de janeiro

N3 e N4



## 2ª FEIRA

## 3ª FEIRA

## 4ª FEIRA

## 5ª FEIRA

## 6ª FEIRA

### LANCHE

Suco  
Fruta: Banana  
Cookies caseiros

Suco  
Fruta: Melão  
Esfirrinha de carne

Suco  
Fruta: Manga  
Pastelzinho caseiro de queijo

Suco  
Fruta: Maçã  
Bolinho caseiro de cenoura

Suco  
Fruta: Melancia  
Sanduichinho

### ALMOÇO

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

Arroz, feijão, carreteiro molhadinho com ovo na chapa.  
Saladas: Couve-flor e tomate

Arroz, feijão, lasanha de frango.  
Saladas: Cenoura cozida e alface crespa

Arroz, feijão, iscas de carne com molho branco, massinha parafuso (*molho separado*).  
Saladas: Tomate e brócolis

Arroz, feijão, peixe grelhado, batatinha palito assada.  
Saladas: Cenoura ralada e beterraba cozida

### LANCHE

Suco  
Fruta: Banana  
Pastelzinho caseiro de queijo

Suco  
Fruta: Melão  
Biscoitinhos caseiros de polvilho

Suco  
Fruta: Manga  
Bolinho caseiro de cenoura

Suco  
Fruta: Maçã  
Hamburguinho caseiro

Suco  
Fruta: Melancia  
Pão florzinha com doce caseiro de morango

### JANTAR

# LoRD

# Cardápio Semanal

16 a 20 de janeiro

N3 e N4

LANCHE

ALMOÇO

LANCHE

JANTAR

## 2ª FEIRA

## 3ª FEIRA

## 4ª FEIRA

## 5ª FEIRA

## 6ª FEIRA

Suco

Fruta: Banana

Bolinho caseiro de laranja

Suco

Fruta: Abacaxi

Pão caseiro com requeijão cremoso

Suco

Fruta: Maçã

Biscoitinhos caseiros de maisena

Suco

Fruta: Manga

Pãozinho de queijo

Suco

Fruta: Melancia

Sanduichinho Farroupilha

Arroz, feijão, franguinho desfiado com milho e ervilha, espaguete.

Saladas: Couve-flor e cenoura

Arroz, feijão, costela suína assada, farofinha dourada.

Saladas: Tomate e chuchu

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

Saladas: Beterraba cozida e cenoura ralada

Arroz, feijão, almondegas ao sugo, massa parafuso.

Saladas: Alface crespa e tomate

Arroz, feijão, franguinho acebolado, batatinha palito assada.

Saladas: Brócolis e pepino

Suco

Fruta: Banana 

Biscoitinhos caseiros de maisena

Suco

Fruta: Abacaxi

Pizza caseira de mussarela

Suco

Fruta: Maçã

Brownie  
Produção própria

Suco

Fruta: Manga

Sanduichinho Farroupilha

Suco

Fruta: Melancia

Bolinho caseiro de laranja

# LoRD Cardápio Semanal

23 a 27 de janeiro

N3 e N4

LANCHE

## 2ª FEIRA

Suco  
Fruta: Banana  
Pãozinho de batata

## 3ª FEIRA

Suco  
Fruta: Melancia  
Panquequinha de banana e aveia

## 4ª FEIRA

Suco  
Fruta: Maçã  
Bolinho de cacau

## 5ª FEIRA

Suco  
Fruta: Melão  
Iogurte  
Torrinhas na manteiga

## 6ª FEIRA

Suco  
Fruta: Salada de frutas  
Pão fofinho com queijo

ALMOÇO

Arroz, feijão, espetinho de frango com farofa.  
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 grelhado com polentinha cremosa.  
Saladas: Couve-flor e beterraba ralada

Arroz, feijão, bifeinho grelhado, bolinho de aipim assado.  
Saladas: Alface e tomate

Arroz, feijão, picadinho de frango com milho e ervilha, espaguete.  
Saladas: Beterraba cozida e cenoura ralada

LANCHE

Suco  
Fruta: Banana  
Mini pão de queijo  
Assado na hora

Suco  
Fruta: Melancia  
Bolinho caseiro de cacau

Suco  
Fruta: Maçã  
Iogurte  
Torrinhas na manteiga

Suco  
Fruta: Melão  
Pão fofinho com mel

Suco  
Fruta: Salada de frutas  
Panqueca americana com gotas de chocolate

JANTAR

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