



Lord Cardápio Semanal

03 a 07 de janeiro

N1 e N2



2^a FEIRA

3^a FEIRA

4^a FEIRA

5^a FEIRA

6^a FEIRA

LANCHE



Suco

Fruta: Banana

Queijo quente

Suco

Fruta: Melancia

Bolinho formigueiro

Suco

Fruta: Maçã

Pãozinho de queijo

Suco

Fruta: Abacaxi

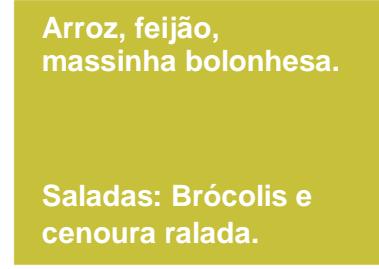
Sanduichinho de pão caseiro

ALMOÇO



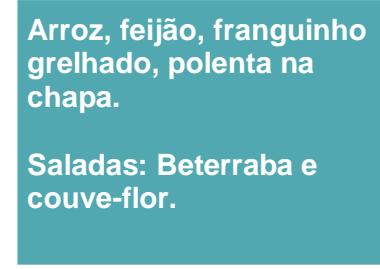
Arroz, feijão, iscas de frango empanadas ao forno, purezinho cremoso de batata.

Saladas: Alface e tomate.



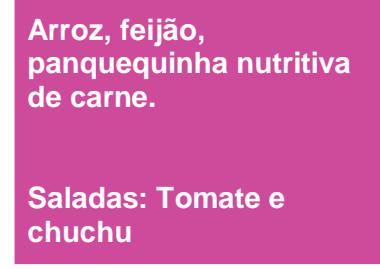
Arroz, feijão, massinha bolonhesa.

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

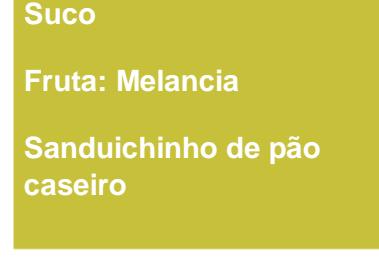
JANTAR



Suco

Fruta: Banana

Bolinho formigueiro



Suco

Fruta: Melancia

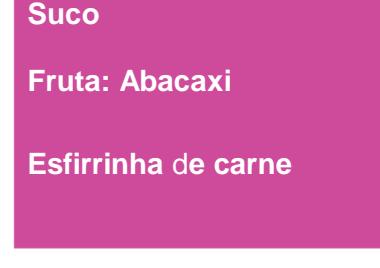
Sanduichinho de pão caseiro



Suco

Fruta: Maçã

Cookies caseiro



Suco

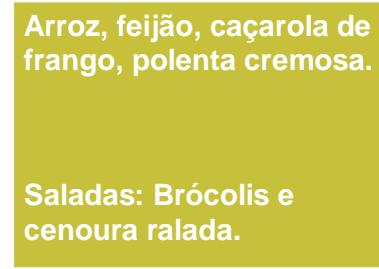
Fruta: Abacaxi

Esfirrinha de carne



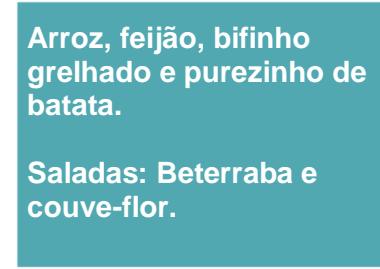
Arroz, feijão, iscas de carne grelhadas e massinha parafuso.

Saladas: Alface e tomate



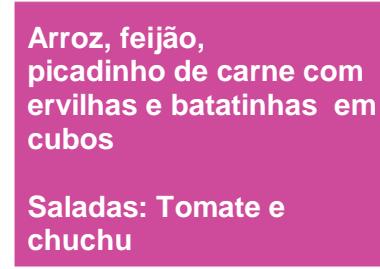
Arroz, feijão, caçarola de frango, polenta cremosa.

Saladas: Brócolis e cenoura ralada.



Arroz, feijão, bifinho grelhado e purezinho de batata.

Saladas: Beterraba e couve-flor.



Arroz, feijão, picadinho de carne com ervilhas e batatinhas em cubos

Saladas: Tomate e chuchu



Lord Cardápio Semanal

09 a 13 de janeiro

N1 e N2



2^a FEIRA

3^a FEIRA

4^a FEIRA

5^a FEIRA

6^a 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

JANTAR

Arroz, feijão, hambaguinho nutritivo (carne, cenoura, abobrinha e aveia).

Saladas: Beterraba ralada e chuchu

Arroz, feijão, franguinho grelhado com açafrão, purezinho de batata

Saladas: Cenoura ralada e brócolis

Arroz, feijão, bifinho grelhado, bolinho saudável de arroz com cenoura assada.

Saladas: Tomate e alface crespa

Arroz, feijão, risotinho de frango e ovinho cozido.

Saladas: Tomate e brócolis

Arroz, feijão, massinha a bolonhesa (carne moída com molho suave).

Saladas: Cenoura ralada e beterraba cozida



Lord Cardápio Semanal

16 a 20 de janeiro

N1 e N2



LANCHE

2ª FEIRA

Suco

Fruta: Banana

Bolinho caseiro de laranja

3ª FEIRA

Suco

Fruta: Abacaxi

Pão caseiro com requeijão cremoso

4ª FEIRA

Suco

Fruta: Maçã

Biscoitinhos caseiros de maisena

5ª FEIRA

Suco

Fruta: Manga

Pãozinho de queijo

6ª FEIRA

Suco

Fruta: Melancia

Sanduichinho Farroupilha

ALMOÇO

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

JANTAR

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

Arroz, feijão, almondegas de carne, tortinha de legumes.

Saladas: Tomate e cenoura

Arroz, feijão, peixinho grelhado, purezinho de batata.

Saladas: Tomate e chuchu

Arroz, feijão, picadinho de carne na panela e massinha.

Saladas: Beterraba cozido e cenoura ralada

Arroz, feijão, cubinhos de frango grelhados, polentinha cremosa.

Saladas: Alface crespa e tomate

Arroz, feijão, picadinho de carne na panela e massinha.

Saladas: Brócolis e pepino



Lord Cardápio Semanal

23 a 27 de janeiro

N1 e N2



2^a FEIRA

3^a FEIRA

4^a FEIRA

5^a FEIRA

6^a FEIRA

LANCHE

Suco

Fruta: Banana

Pãozinho de batata

Suco

Fruta: Melancia

Panquequinha de banana e aveia

Suco

Fruta: Maçã

Bolinho de cacau

Suco

Fruta: Melão

Iogurte
Torradinhas na manteiga

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, bifinho 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

JANTAR

Suco

Fruta: Banana

Mini pão de queijo

Assado na hora

Suco

Fruta: Melancia

Bolinho caseiro de cacau

Suco

Fruta: Maçã

Iogurte
Torradinhas na manteiga

Suco

Fruta: Melão

Pão fofinho com mel

Suco

Fruta: Salada de frutas

Panqueca americana com gotas de chocolate

Arroz, feijão, lasanha de carne (com massa de panqueca).



Saladas: Pepino e tomate

Arroz, feijão, frango empanado, tortinha de legumes.

Saladas: Cenoura e abobrinha italiana ralada

Arroz, feijão, bifinho grelhado, purê nutritivo misto (batata e cenoura).

Saladas: Couve-flor e beterraba ralada

Arroz, feijão, espetinho de frango com farofa.

Saladas: Alface e tomate

Arroz, feijão, espaguete a bolonhesa (carne moída e tomate suave)

Saladas: Beterraba cozida e cenoura ralada