



# LoRD

# Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

18 a 21 de fevereiro

Multi-idade



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



ALMOÇO



Arroz, feijão, bifeinho grelhado, purê de batata.  
  
Saladas: Beterraba e brócolis

Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa.  
  
Saladas: Tomate e pepino

Arroz, feijão, almondegas, espaguete.  
  
Saladas: Couve-flor e repolho roxo.

Arroz, feijão, panqueca de carne, seleta de legumes.  
  
Saladas: Cenoura e tomate.

LANCHE



JANTAR



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



# LoRD

# Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

## 24 a 28 de fevereiro

## Multi-idade



### 2ª FEIRA

### 3ª FEIRA

### 4ª FEIRA

### 5ª FEIRA

### 6ª FEIRA

LANCHE



ALMOÇO

Arroz, feijão, strogonoff de carne, brócolis no vapor.  
Saladas: Tomate e couve-flor

Arroz, feijão, iscas empanadas de frango, purê de moranga.  
Saladas: Beterraba e pepino

Arroz, feijão, bifinho grelhado, ovo na chapa, batata palito assada.  
Saladas: Cenoura e brócolis

Arroz, feijão, lasanha de frango, seleta de legumes.  
Saladas: Beterraba e repolho

Arroz, feijão, almondegas, massa parafuso.  
Saladas: Alface e tomate

LANCHE



JANTAR



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