



# LoRD Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

## 24 a 28 de fevereiro

## N2



### 2ª FEIRA

### 3ª FEIRA

### 4ª FEIRA

### 5ª FEIRA

### 6ª FEIRA

#### LANCHE

Suco  
Fruta: Banana  
Pãozinho de queijo

Suco  
Fruta: Laranja  
Bolinho de cacau

Suco  
Fruta: Maçã  
Pãozinho caseiro de cenoura

Suco  
Fruta: Abacaxi  
Cookies caseiros

Suco  
Fruta: Salada de frutas  
Torradinha de queijo

#### 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, batatinha palito assada.  
Saladas: Cenoura e brócolis

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

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

#### LANCHE

Suco  
Fruta: Banana  
Pãozinho de queijo

Suco  
Fruta: Melancia  
Pãozinho caseiro de cenoura

Suco  
Fruta: Maçã  
Cookies caseiros

Suco  
Fruta: Abacaxi  
Pizza caseira  
*(molho 100% tomate, mussarela)*

Suco  
Fruta: Salada de frutas  
Pastel assado de carne

#### JANTAR

Arroz, feijão, carne moída refogada, polenta cremosa.

Saladas: Beterraba e repolho

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

Saladas: Alface e tomate

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