



LoRD

Cardápio Semanal

Nutricionista Merissa Rodrigues CRN 9321

01 de abril

Multi-idade



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



ALMOÇO



Arroz, feijão, bife grelhado, purê de batata e cenoura do Coelhinho.

Saladas: Brócolis e beterraba



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

06 a 10 de abril

Multi-idade



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



Suco
Fruta: Maçã
Panquequinha americana



ALMOÇO

Arroz, feijão, frango
acebolado (cebola separada),
massa parafuso, molho
sugo (separados).
Saladas: Alface e tomate

Arroz, feijão,
hamburguinho caseiro,
pastel assado pizzaiolo.
Saladas: Cenoura e
repolho

Arroz, feijão, bife
grelhado, ovos na
chapa.
Saladas: Beterraba e
couve-flor

Arroz, feijão, frango
grelhado, omelete
marguerita.
Saladas: Tomate e
chuchu

Arroz, feijão,
estrogonofe de carne,
batata sauté.
Saladas: Cenoura e
brócolis

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

13 a 17 de abril

Multi-idade



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



ALMOÇO

Arroz, feijão, frango grelhado com molho de queijo (molho separado), espaguete.
Saladas: Tomate e alface

Arroz, feijão, panqueca de carne, seleta de legumes.
Saladas: Couve-flor e beterraba

Arroz, feijão, frango e coraçãozinho grelhados, farofinha, massa gravatinha.
Saladas: Chuchu e tomate

Arroz, feijão, bife grelhado, batata doce corada.
Saladas: Couve-flor e beterraba

Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa.
Saladas: Cenoura cozida e repolho

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

20 a 24 de abril

Multi-idade



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



ALMOÇO

Arroz, feijão, peito de frango grelhado, massa caseira com molho sugo separado.

Saladas: Couve-flor e beterraba.



Arroz, lentilha, carne assada, aipim refogado, farofa.

Saladas: Alface e tomate.

Arroz, feijão, espetinho de frango, polenta na chapa.

Saladas: Cenoura cozida e chuchu.

Arroz, feijão, almôndegas de carne com aveia, massa colorida com molho sugo separado.

Saladas: Brócolis e beterraba.

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

27 a 30 abril

Multi-idade



2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

LANCHE



ALMOÇO

Arroz, feijão, frango
acebolado (cebola
separada), massa penne.

Saladas: Alface crespa e
tomate.

Arroz, feijão,
hamburguinho nutritivo
(carne e aveia), purê de
batata.

Saladas: Brócolis e
cenoura.

Arroz, feijão, lasanha
de carne, jardineira de
legumes.

Saladas: Tomate e
beterraba

Arroz, feijão, frango com
creme de milho (separado),
batata corada.

Saladas: Couve-flor e
cenoura



LANCHE



JANTAR



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