

UFMS - UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATO GROSSO DO SUL – CAMPUS PANTANAL – CORUMBÁ/MS



EMPRESA: NUTRICENTER
 NUTRICIONISTA: HELLEN ROSARIO DE BARROS
 CRN 1 N° 11493

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 14/08/2023	3ª FEIRA 15/08/2023	4ª FEIRA 16/08/2023	5ª FEIRA 17/08/2023	6ª FEIRA 18/08/2023
SALADA	ACELGA/BETERRABA COZIDA (80G)	ALFACE/PEPINO (80G)	REPOLHO/ BETERRABA RALADA (80G)	ALFACE/ SALPICÃO DE FRIOS (REPOLHO, CEBOLA, QUEIJO, MAIONESE) (80G)	ACELGA/ VINAGRETE (80G)
PRATO PRINCIPAL	PIQUE À LO MACHO (CARNE BOVINA, CALABRESA, BATATA FRITA, QUEIJO, PIMENTÕES) (140 G)	FRANGO XADREZ (FILÉ DE FRANGO, BRÓCOLIS, CENOURA) (140G)	FEIJOADA (PALETA SUÍNA, CALABRESA, BACON, ORELHA, RABO SUÍNO) (240G)	COXA/SOBRECOXA EMPANADA (140G)	CARNE MOÍDA REFOGADA (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	PANQUECA DE PTS (140 G)	TORTA DE LEGUMES (CENOURA, ERVILHA, MILHO) (140G)	FEIJOADA VEGANA (PTS, BRÓCOLIS, COUVE FLOR, ABÓBORA, CENOURA) (140G)	BOLINHO DE GRÃO DE BICO (140G)	PTS REFOGADA (140G)
GUARNIÇÃO	FAROFA DE OVO (90 G)	PURÊ DE BATATA (90G)	FAROFA DE BANANA (90G)	CREME DE MILHO (90G)	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO (90G)
PRATO BASE	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO PRETO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO PRETO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)

SOBREMESA	LARANJA (100G)	BANANA (100G)	LARANJA (100G)	MELANCIA (100G)	MELÃO (100G)
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	885 CAL	868 CAL	865 CAL	873 CAL	861 CAL
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	843 CAL	836 CAL	831 CAL	832 CAL	820 CAL

UFMS - UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATO GROSSO DO SUL – CAMPUS PANTANAL – CORUMBÁ/MS

**EMPRESA: NUTRICENTER
NUTRICIONISTA: HELLEN ROSARIO DE BARROS
CRN 1 N° 11493**



COMPOSIÇÃO	SÁBADO 19/08/2023				
SALADA	REPOLHO/CENOURA COZIDA (80G)				
PRATO PRINCIPAL	LINGUIÇA MISTA (140 G)				
OPÇÕES VEGETARIANAS	PANQUECA DE PTS (140 G)				
GUARNIÇÃO	POLENTA AO MOLHO VERMELHO (90 G)				
PRATO BASE	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO PRETO COM CALDO (150G)				
SOBREMESA	BANANA (100G)				

V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	857 CAL				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	834 CAL				

