

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



EMPRESA: NUTRICENTER

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 11/09/2023	3ª FEIRA 12/09/2023	4ª FEIRA 13/09/2023	5ª FEIRA 14/09/2023	6ª FEIRA 15/09/2023
SALADA	REPOLHO/BETERRAB COZIDA (80G)	ALFACE/CENOURA COZIDA (80G)	ACELGA/ VINAGRETE (80G)	REPOLHO/PEPINO (80G)	ACELGA/TOMATE (80G)
PRATO PRINCIPAL	CUBOS DE FRANGO AO MOLHO VERMELHO (140 G)	ALMÔNGEDA BOVINA EMPANADA (APROX. 3 UND) (140G)	ISCAS DE CARNE À PRIMAVERA (CARNE BOVINA, MILHO ERVILHA, CENOURA E MOLHO VERMELHO) (140G)	PALETA SUÍNA ASSADA (140G)	BOBÓ DE GALINHA (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	PTS REFOGADA (140 G)	HAMBÚRGUER DE SOJA (140G)	NHOQUE DE BATATA À BOLONHESA (MASSA DE BATATA, PTS, E MOLHO VERMELHO) (140G)	TOMATE RECHEADO COM PTS (140G)	BOBÓ DE FEIJÃO BRANCO (FEIJÃO BRANCO, MANDIOCA E TEMPEROS) (140G)
GUARNIÇÃO	FAROFA DE CENOURA (90 G)	MACARRÃO ALHO/ÓLEO (90G)	POLENTA AO SUGO (90G)	MANDIOCA COZIDA (140G)	BATATA SAUTEE (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	891 CAL	896 CAL	885 CAL	879 CAL	881 CAL
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	835 CAL	849 CAL	852 CAL	841 CAL	855 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 16/09/2023				
SALADA	ALFACE/CENOURA RALADA (80G)				
PRATO PRINCIPAL	JARDINEIRA DE LEGUMES (CARNE MOÍDA, CENOURA, BATATA, MILHO E ERVILHA) (140G)				
OPÇÕES VEGETARIANAS	SOJA COLORIDA (SOJA, CENOURA MILHO E ERVILHA) (140G)				
GUARNIÇÃO	FAROFA DE OVO (90G)				

PRATO BASE	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO PRETO COM CALDO (150G)				
SOBREMESA	LARANJA (100G)				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	875 CAL				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	834 CAL				