|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **UFMS - UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATO GROSSO DO SUL – CAMPUS PANTANAL – CORUMBÁ/MS**  **EMPRESA: NUTRICENTER** | | | | | |  |
| COMPOSIÇÃO | 2ª FEIRA  23/10/2023 | 3ª FEIRA  24/10/2023 | 4ª FEIRA  25/10/2023 | 5ª FEIRA  26/10/2023 | 6ª FEIRA  27/10/2023 | |
| SALADA | ACELGA/CENOURA COZIDA (80G) | ALFACE/PEPINO  (80G) | REPOLHO/CENOURA RALADA  (80G) | ALFACE/BETERRABA COZIDA (80G) | ACELGA/VINAGRETE  (80G) | |
| PRATO PRINCIPAL | ISCAS DE CARNE AO MOLHO VERMELHO (140 G) | BISTECA SUÍNA GRELHADA (140G) | BOBÓ DE GALINHA (140G) | COXA/SOBRECOXA EMPANADA (140G) | PEIXE FRITO (140G) | |
| OPÇÕES VEGETARIANAS | PTS REFOGADA (140 G) | TOMATE RECHEADO COM PTS  (140G) | BOBÓ DE GRÃO DE BICO (140G) | CHARUTO DE REPOLHO COM PTS (140G) | SOJA À PRIMAVERA (SOJA, CENOURA, MILHO, ERVILHA) (140 G) | |
| GUARNIÇÃO | MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO (90 G) | FAROFA DE CENOURA (90G) | BATATA SAUTEE (90G) | POLENTA AO SUGO (90G) | MANDIOCA COZIDA (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 | 892 CAL | 874 CAL | 869 CAL | 885 CAL | 881 CAL | |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL | 825 CAL | 836 CAL | 831 CAL | 832 CAL | 822 CAL | |
| **UFMS - UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATO GROSSO DO SUL – CAMPUS PANTANAL – CORUMBÁ/MS**  **EMPRESA: NUTRICENTER** | | | | | |  |
| COMPOSIÇÃO | SÁBADO  28/10/2023 |  |  |  |  | |
| SALADA | REPOLHO/CENOURA RALADA (80G) |  |  |  |  | |
| PRATO PRINCIPAL | JARDINEIRA DE LEGUMES (CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA) (140 G) |  |  |  |  | |
| OPÇÕES VEGETARIANAS | PANQUECA DE PTS (140 G) |  |  |  |  | |
| GUARNIÇÃO | MACARRÃO ALHO E ÓLEO (90 G) |  |  |  |  | |
| PRATO BASE | ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO PRETO COM CALDO (150G) |  |  |  |  | |
| SOBREMESA | LARANJA (100G) |  |  |  |  | |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL | 863 CAL |  |  |  |  | |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL | 834 CAL |  |  |  |  | |

