

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

EMPRESA: NUTRICENTER



COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 11/12/2023	3ª FEIRA 12/12/2023	4ª FEIRA 13/12/2023	5ª FEIRA 14/12/2023	6ª FEIRA 15/12/2023
SALADA	REPOLHO/PEPINO (80G)	ALFACE/CENOURA COZIDA (80G)	RÚCULA/ BETERRABA (80G)	ACELGA/ PEPINO (80G)	REPOLHO/TOMATE (80G)
PRATO PRINCIPAL	STROGONOFF DE FRANGO (140)	ARROZ BOLIVIANO (banana da Terra, batata frita) (240G)	BIFE ACEBOLADO (140G)	COXA E SOBRECOXA (140G)	ALMÔNDEGAS (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS (OVOS OU PTS) (140) (837 CAL)	OVOS OU PTS	OVOS OU PTS	OVOS OU PTS	OVOS OU PTS	OVOS OU PTS
GUARNIÇÃO	BATATA PALHA (90 G)	FAROFA (90G)	MACARRÃO AO MOLHO BRANCO (90G)	POLENTA (90G)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO (90G)

V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	872 CAL	876 CAL	891CAL	879 CAL	905CAL
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL					
PRATO BASE	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)
SOBREMESA	BANANA (100G)	MELÃO (100G)	LARANJA (100G)	MELANCIA (100G)	LARANJA (100G)