

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

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

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 08/04/2024	3ª FEIRA 09/04/2024	4ª FEIRA 10/04/2024	5ª FEIRA 11/04/2024	6ª FEIRA 12/04/2024
SALADA	ACELGA/ BETERRABA (80G)	REPOLHO/ CENOURA RALADA (80G)	CHUCHU/ALFACE (80G)	ACELGA/ REPOLHO ROXO (80G)	RABANETE/ FEIJÃO BRANCO (80G)
PRATO PRINCIPAL	Carne Moída ao sugo (140G)	Coxa e sobrecoxa (140G)	Carne de panela (140G)	Peito de frango grelhado (140G)	Linguiça (2gomos) (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	PTS Refogado (140G)	Croquete de soja (140G)	PICADINHO VEGANO (PTS,CENOURA, BATATA) (140G)	BOLINHO DE GRÃO DE BICO (140G)	Strogonoff PTS (140G)
GUARNIÇÃO	Macarrão Alho e óleo (90G)	Polenta ao sugo (90G)	Farofa Com Banana da Terra (90G)	Purê de Abóbora (90G)	Mandioca com bacon (90G)
PRATO BASE	Arroz Branco (250G) Arroz Integral(250G) Feijão (150G)	Arroz Branco (250G) Arroz Integral(250G) Feijão (150G)	Arroz Branco (250G) Arroz Integral(250G) Feijão (150G)	Arroz Branco (250G) Arroz Integral(250G) Feijão (150G)	Arroz Branco (250G) Arroz Integral(250G) Feijão (150G)
SOBREMESA	Laranja (100G)	Melancia (100G)	Melancia (100G)	Melão (100G)	Laranja (100G)

V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	849	890	899	769	879
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	768	847	865	805	798



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

NUTRICENTER NUTRICIONISTA: HELLEN R. DE BARROS CRN 1 N° 11493

COMPOSIÇÃO	SÁBADO 13/04/2024				
SALADA	PEPINO/ RÚCULA (80G)				
PRATO PRINCIPAL	Bife bovino (140G)				
OPÇÕES VEGETARIANAS	Torta de Legumes (140G)				
GUARNIÇÃO	Farofa com Ovo (90G)				
PRATO BASE	Arroz Branco (250G) Arroz Integral(250G) Feijão (150G)				

SOBREMESA	Banana (100G)				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	897				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	786				