

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 17/06/2024	3ª FEIRA 18/06/2024	4ª FEIRA 19/06/2024	5ª FEIRA 20/06/2024 EVENTO JUNINO	6ª FEIRA 21/06/2024
SALADA	ACELGA/CENOURA RALADA (80G)	ALFACE/ BETERRABA RALADA (80G)	REPOLHO VERDE/PEPINO COM RABANETE (80G)	COUVE/MACARR ONESE (80G)	RÚCULA/ CHUCHU COM MILHO (80G)
PRATO PRINCIPAL	RISOTO DE FRANGO (ARROZ, PEITO DE FRANGO, MILHO, AZEITONA) (240G)	CARNE COM MANDIOCA (240G)	ISCAS DE FRANGO GRELHADO (140G)	ARROZ CARRETEIRO (240G)	CARNE DE PANELA (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	ABOBRINHA RECHEADA COM PTS (140G)	COUVE-FLORES GRATINADA (140G)	PANQUECA DE PTS AO MOLHO VERMELHO (140G)	QUIBE ASSADO RECHEADO (TRIGO PARA QUIBE, PTS, OVO E TEMPEROS E REQUEIJÃO) (140G)	SOJA À PRIMAVERA (SOJA, MILHO, ERVILHA E CENOURA) (140G)
GUARNIÇÃO	FAROFA DE BANANA DA TERRA (90G)	ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO (90G)	POLENTA AO SUGO (90G)	MANDIOCA AO ALHO (90G)	BATATA DOCE COZIDA (90G)
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	LARANJA (100G)	BANANA (100G)	MELANCIA (100G)	ARROZ DOCE (100G)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, MAÇÃ E LARANJA) (100G)
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	897 CAL	905 CAL	864 CAL	898 CAL	889 CAL

V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	871 CAL	857CAL	832 CAL	853 CAL	826 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 22/06/2024				
SALADA	REPOLHO VERDE /BETERRABA COZIDA				
PRATO PRINCIPAL	MOÍDA À PRIMAVERA (CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E MILHO) (140 G)				
OPÇÕES VEGETARIANAS	PICADINHO VEGANO (PTS, BATATA, CENOURA) (140 G)				
GUARNIÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO VEREMILHO (90 G)				
PRATO BASE	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)				
SOBREMESA	MELANCIA (100G)				

V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	877 CAL				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	818 CAL				