

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 05/08/2024	3ª FEIRA 06/08/2024	4ª FEIRA 07/08/2024	5ª FEIRA 08/08/2024	6ª FEIRA 09/08/2024
SALADA	REPOLHO VERDE /BETERRABA RALADA (80G)	ACELGA/ CENOURA RALADA (80G)	RÚCULA/PEPINO (80G)	ALFACE/CHUCHU COZIDO (80G)	REPOLHO VERDE/ BATATA DOCE COZIDA (80G)
PRATO PRINCIPAL	CARNE COM MANDIOCA (240G)	ISCA DE FRANGO AO MOLHO VERMELHO (140G)	FEIJOADA (CARNE SUÍNA,LINGUIÇA CALABRESA, BACON E RABO) (140G)	COXA/SOBRECOXA ASSADA (140G)	MOÍDA REFOGADA (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	TOMATE RECHEADO COM PTS (140G)	BOLINHO DE GRÃO DE BICO COM QUEIJO (140G)	FEIJOADA VEGANA (PTS, CENOURA, BATATA E VAGEM) (140G)	YAKISOBA VEGANO (MACARRÃO DE ABOBRINHA, VAGEM, COUVE- FLOR, PTS E SHOYU) (140G)	PANQUECA COM PTS AO SUGO (140G)
GUARNIÇÃO	FAROFA DE OVO (90G)	BATATA DOCE (90G)	FAROFA DE COUVE (90G)	POLENTA AO MOLHO VERMELHO (90G)	MACARRÃO AO SUGO (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)	LARANJA (100G)	MELÃO (100G)	MELANCIA (100G)
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	915 CAL	874 CAL	922 CAL	881 CAL	881 CAL

V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	844 CAL	836 CAL	859 CAL	833 CAL	846 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 10/08/2024				
SALADA	ACELGA COM VAGEM/CENOURA RALADA (80G)				
PRATO PRINCIPAL	BIFE ACEBOLADO (140G)				
OPÇÕES VEGETARIANAS	HAMBÚRGUER DE SOJA (140 G)				
GUARNIÇÃO	PURÊ DE ABÓBOR A (90 G)				
PRATO BASE	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)				
SOBREMESA	MAMÃO (100G)				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	892 CAL				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	848 CAL				