|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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  23/09/2024 | 3ª FEIRA  24/09/2024 | 4ª FEIRA  25/09/2024 | 5ª FEIRA  26/09/2024 | 6ª FEIRA  27/09/2024 |
| SALADA | ACELGA/CENOURA COZIDA  (80G) | ALFACE/ BETERRABA RALADA (80G) | REPOLHO/PEPINO (80G) | ACELGA/BATATA DOCE COZIDA (80G) | MIX DE FOLHAS/ CHUCHU C/ MILHO  (80G) |
| PRATO PRINCIPAL | FRANGO EMPANADO  (140G) | ARROZ BOLIVIANO (CARNE MOÍDA, BANANA DA TERRA BATATA FRITA E OVO)  (240G), | STROGONOFF DE FRANGO  (140G) | BIFE BOVINO GRELHADO (140G) | LINGUIÇA MISTA ASSADA  (150G) |
| OPÇÕES VEGETARIANAS | TOMATE RECHEADO COM PTS (140G) | ARROZ BOLIVIANO VEGANO (ARROZ, PTS, BANANA DA TERRA E BATATA FRITA) (240G) | STROGONOFF DE GRÃO DE BICO  (140G) | QUIBE VEGANO (TRIGO PARA QUIBE, PTS,OVO E TEMPEROS) (140G) | COUVE-FLOR GRATINADA  (140G) |
| GUARNIÇÃO | CREME DE MILHO (90G) | PURÊ DE ABÓBORA (90G) | BATATA PALHA (90G) | FAROFA DE COUVE  (90G) | MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO  (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) | MELÃO (100G) | MELANCIA (100G) | BANANA (100G) | MELANCIA (100G) |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL | 905 CAL | 890 CAL | 874 CAL | 898 CAL | 889 CAL |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL | 837 CAL | 843 CAL | 819 CAL | 853 CAL | 831 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  28/09/2024 |  |  |  |  | |
| SALADA | REPOLHO/ CENOURA RALADA  (80G) |  |  |  |  | |
| PRATO PRINCIPAL | PEIXE FRITO (140G) |  |  |  |  | |
| OPÇÕES VEGETARIANAS | PICADINHO VEGANO (PTS, BATATA, CENOURA)  (140 G) |  |  |  |  | |
| GUARNIÇÃO | MANDIOCA COZIDA (140G) |  |  |  |  | |
| PRATO BASE | ARROZ BRANCO(250G)  ARROZ INTEGRAL(250G) FEIJÃO COM CALDO(150G) |  |  |  |  | |
| SOBREMESA | GELATINA DE MORANGO (100G) |  |  |  |  | |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL | 878 CAL |  |  |  |  | |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL | 829 CAL |  |  |  |  | |