|  |
| --- |
| **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 FEIRA23/09/2024 | 3ª FEIRA 24/09/2024 | 4ª FEIRA25/09/2024 | 5ª FEIRA26/09/2024 | 6ª FEIRA27/09/2024 |
| 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 | SÁBADO28/09/2024 |  |  |  |  |
| 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 |  |  |  |  |