| **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 FEIRA07/10/2024 | 3ª FEIRA08/10/2024 | 4ª FEIRA09/10/2024 | 5ª FEIRA10/10/2024 |  **6ª FEIRA****11/10/2024** |
| SALADA | RÚCULA/ CHUCHU COM MILHO(80G) | ALFACE/ BETERRABA RALADA(80G) | REPOLHO VERDE/PEPINO COM RABANETE(80G) | ACELGA/MACARRONESE(80G) | **FERIADO** |
| PRATO PRINCIPAL | CARNE DE PANELA (140G) | BISTECA SUÍNA(140G) | ISCAS DE FRANGO GRELHADO(140G) | ARROZ CARRETEIRO(240G) |  |
| OPÇÕES VEGETARIANAS | SOJA À PRIMAVERA (SOJA, MILHO, ERVILHA E CENOURA) (140G) | COUVE-FLOR GRATINADA (140G) |  PANQUECA DE PTS AO MOLHO VERMELHO (140G) | QUIBE ASSADO RECHEADO (TRIGO PARA QUIBE, PTS,OVO E TEMPEROS E REQUEIJÃO) (140G) |  |
| GUARNIÇÃO | FAROFA DE OVO (90G) | ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO (90G) | PURÊ DE ABÓBORA (90G) | MANDIOCA AO ALHO(90G) | **FERIADO** |
| 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) |  |
| SOBREMESA | MELANCIA (100G) | BANANA (100G) | MELÃO (100G) | LARANJA (100G) |  |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL | 889 CAL | 905 CAL |  864 CAL | 898 CAL | **FERIADO** |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL | 826 CAL | 857CAL | 832 CAL | 853 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****12/10/2024** |  |  |  |  |
| SALADA | **FERIADO** |  |  |  |  |
| PRATO PRINCIPAL |  |  |  |  |  |
| OPÇÕES VEGETARIANAS |  |  |  |  |  |
| GUARNIÇÃO | **FERIADO** |  |  |  |  |
| PRATO BASE |  |  |  |  |  |
| SOBREMESA |  |   |  |  |  |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL |  **FERIADO** |  |  |  |  |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL |  |  |  |  |  |