|  |
| --- |
| **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 FEIRA02/12/2024 | 3ª FEIRA 03/12/2024 | 4ª FEIRA04/12/2024 | 5ª FEIRA05/12/2024 | 6ª FEIRA06/12/2024 |
| SALADA | REPOLHO/ BETERRABA RALADA(80G) | ACELGA/ CENOURA RALADA (80G) | ALFACE C/ MANGA/PEPINO(80G) | REPOLHO/CHUCHU COZIDO(80G) | MIX DE FOLHAS/ FEIJÃO BRANCO (80G) |
| PRATO PRINCIPAL | MOÍDA REFOGADA (240G) | RISOTO DE FRANGO(240G) | CARNE DE PANELA (140G) | FEIJOADA (CARNE SUÍNA, LINGUIÇA CALABRESA, RABO, ORELHA E PÉ SUÍNO) (240G) | PALETA SUÍNA ASSADA (140G) |
| OPÇÕES VEGETARIANAS | MACARRÃO DE ABOBRINHA AO SUGO COM PTS (140G) | COUVE-FLOR GRATINADO(140G) | HAMBÚRGUER DE SOJA (140G) |  FEIJOADA VEGANA (PTS, CENOURA, ABÓBORA, COUVE-FLOR) (240G) | JARDINEIRA DE PTS (PTS, CENOURA, BATATA, MILHO E ERVILHA)  (140G) |
| GUARNIÇÃO | FAROFA DE OVO(90G) | BATATA SAUTEE (90G) | MACARRÃO AO SUGO (90G) | FAROFA DE COUVE(90G) | MANDIOCA 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 | MELÃO (100G) | LARANJA (100G) |  MELANCIA (100G) | LARANJA (100G) | MELANCIA (100G) |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL | 895 CAL | 879 CAL | 898 CAL | 896 CAL | 907 CAL |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL | 822 CAL | 831 CAL |  845 CAL | 842 CAL | 828 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 | SÁBADO07/12/2024 |  |  |  |  |
| SALADA | ACELGA/CENOURA RALADA (80G) |  |  |  |  |
| PRATO PRINCIPAL | LINGUIÇA MISTA ASSADA(140G) |  |  |  |  |
| OPÇÕES VEGETARIANAS | PANQUECA DE PTS AO MOLHO VEREMLHO (140G) |  |  |  |  |
| GUARNIÇÃO | MACARRÃO AO MOLHO BRANCO (140G) |  |  |  |  |
| PRATO BASE | ARROZ BRANCO(250G)ARROZ INTEGRAL(250G) FEIJÃO COM CALDO(150G) |  |  |  |  |
| SOBREMESA | BANANA(100G) |   |  |  |  |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL |  896 CAL |  |  |  |  |
| V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL |  843 CAL |  |  |  |  |