

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 28/07/2025	3ª FEIRA 29/07/2025	4ª FEIRA 30/07/2025	5ª FEIRA 31/07/2025	6ª FEIRA 01/08/2025
SALADA	CENOURA/REPOLHO (80G)	ALFACE/TOMATE (80G)	BETERRABA/ACELGA (80G)	MIX DE FOLHAS/RABANETE (80G)	REPOLHO/TOMATE (80G)
PRATO PRINCIPAL	ARROZ BOLIVIANO (240G)	ISCADA DE FRANGO (140G)	STROGONOFF BOVINO (240G)	BISTECA SUÍNA GRELHADA (240G)	BIFE BOVINO AO MOLHO (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	TOMATE RECHEADO COM PTS (140G)	HAMBURGUER DE SOJA (140G)	STROGONOFF DE GRÃO DE BICO (140G)	LEGUMES COM PTS (140G)	KIBE VEGANO (140G)
GUARNIÇÃO	BATATA DOCE (90G)	POLENTA CREMOSA (90G)	BATATA PALHA (90G)	MANDIOCA COZIDA (90G)	FAROFA (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)	MAÇA (100G)	LARANJA (100G)	MELÂNCIA (100G)
V.E.T. TOTAL COM PROTEÍNA ANIMAL	897 CAL	920 CAL	864 CAL	882 CAL	897 CAL
V.E.T. TOTAL COM PROTEÍNA VEGETAL	871 CAL	857CAL	832 CAL	853 CAL	871 CAL

