

**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 04/08/2025	3ª FEIRA 05/08/2025	4ª FEIRA 06/08/2025	5ª FEIRA 07/08/2025	6ª FEIRA 08/08/2025
SALADA	CENOURA/REPOLHO (80G)	ALFACE/RABANETE (80G)	PEPINO/ACELGA (80G)	MIX DE FOLHAS/BETERRABA (80G)	REPOLHO/TOMATE (80G)
PRATO PRINCIPAL	BISTECA SUÍNA GRELHADA (140G)	MOÍDA AO SUGO (140G)	STROGONOFF DE FRANGO (240G)	ARROZ BOLIVIANO (240G)	COXA AO MOLHO (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	LENTILHA (140G)	KIBE VEGANO (140G)	STROGONOFF DE GRÃO DE BICO (140G)	LEGUMES COM PTS (140G)	BOLINHO DE GRÃO DE BICO (140G)
GUARNIÇÃO	BATATA DOCE (90G)	POLENTA CREMOSA (90G)	MASSA ALHO E ÓLEO (90G)	FAROFA (90G)	MANDIOCA (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)	BANANA (100G)	MAÇA (100G)	LARANJA (100G)	MELÂNCIA (100G)
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA	897 CAL	920 CAL	864 CAL	882 CAL	897 CAL

ANIMAL					
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	871 CAL	857CAL	832 CAL	853 CAL	871 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 09/08/2025				
SALADA	REPOLHO VERDE/CENOURA (80G)				
PRATO PRINCIPAL	BIFE GRELHADO (140G)				
OPÇÕES VEGETARIANAS	PANQUECA COM RECHEIO DE PTS (140G)				
GUARNIÇÃO	BATATA SAUTÉ AO VAPOR (90G)				
PRATO BASE	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)				
SOBREMESA	BANANA (100G)				
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	899 CAL				
V.E.T. TOTAL COM					

PROTEINA VEGETAL	852 CAL				
---------------------	---------	--	--	--	--