

UFMS - UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL – CAMPUS DE AQUIDAUANA MS



EMPRESA: NUTRICENTER

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 10/03/2025	3ª FEIRA 11/03/2025	4ª FEIRA 12/03/2025	5ª FEIRA 13/03/2025	6ª FEIRA 14/03/2025
SALADA	MIX DE FOLHAS/ CENOURA RALADA (80G)	MIX DE FOLHAS/ CHUCHU COZIDO (80G)	MIX DE FOLHAS/ TOMATE COM CEBOLA (80G)	MIX DE FOLHAS/ PEPINO (80G)	MIX DE FOLHAS/ REPOLHO ROXO (80G)
PRATO PRINCIPAL	CARNE MOÍDA AO SUGO (140G)	FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO (140G)	STROGONOFF BOVINO (140G)	CARNE SUÍNA GRELHADA (140G)	COXA E SOBRECOXA (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	LENTILHA (140G)	BOLINHO DE GRÃO DE BICO (140G)	KIBE VEGANO (140G)	CARNE MOÍDA DE SOJA (140G)	HAMBÚRGUER ERVILHA (100G)
GUARNIÇÃO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO (100G)	BATATA SOUTÉ (100G)	POLENTA CREMOSA (100G)	FAROFA DE REPOLHO BRANCO (90G)	MACARRÃO AO SUGO (100G)
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	MELÂNCIA (100G)	MELÃO (100G)	LARANJA (100G)	MELÂNCIA (100G)	BANANA (100G)
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	875 CAL	870 CAL	855 CAL	832 CAL	875 CAL
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	852 CAL	825 CAL	820 CAL	809 CAL	825 CAL