

# CARDÁPIO DOS RESTAURANTES COMUNITÁRIOS

JANTAR - R\$ 0,50

	Segunda-Feira 03/03/2025	Terça-Feira 04/03/2025	Quarta-Feira 05/03/2025	Quinta-Feira 06/03/2025	Sexta-Feira 07/03/2025	Sábado 08/03/2025	Domingo 09/03/2025
Valor calórico	497 kcal	862 kcal	682 kcal	435 kcal	346 kcal	554 kcal	440 kcal
PRATO ÚNICO	Arroz colorido com frango (vagem, cenoura, pimentão vermelho e cheiro verde)	Pão com carne moída 	Galinhada (com coxa e sobrecoxa)	Vaca atolada	Sopa de frango com macarrão e legumes (chuchu, cenoura, batata) 	Arroz cremoso com carne moída	Canja de galinha

Válido para os 13 Restaurantes Comunitários: Arniqueira, Brazlândia, Gama, Itapoã, Paranoá, Planaltina, Recanto das Emas, Riacho Fundo, Samambaia Expansão, São Sebastião, Sobradinho, Sol Nascente (Pôr do Sol) e Varjão.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional

Telefone: (61) 3773-7278



Porco



Leite e derivados



Ovos



Trigo

Secretaria de  
Desenvolvimento  
Social



# CARDÁPIO DOS RESTAURANTES COMUNITÁRIOS

JANTAR - R\$ 0,50

	Segunda-Feira 10/03/2025	Terça-Feira 11/03/2025	Quarta-Feira 12/03/2025	Quinta-Feira 13/03/2025	Sexta-Feira 14/03/2025	Sábado 15/03/2025	Domingo 16/03/2025
Valor calórico	797 kcal	472 kcal	682 kcal	404 kcal	346 kcal	286 kcal	435 kcal
PRATO ÚNICO	Baião de três	Caldo de feijão com macarrão e carne 	Galinhada (com coxa e sobrecoxa)	Cuscuz com carne e legumes (cenoura, tomate, cebola, pimentão e cheiro verde)	Sopa de frango com macarrão e legumes (cenoura, chuchu e batata) 	Creme de abóbora com frango	Vaca atolada

Válido para os 13 Restaurantes Comunitários: Arniqueira, Brazlândia, Gama, Itapoã, Paranoá, Planaltina, Recanto das Emas, Riacho Fundo, Samambaia Expansão, São Sebastião, Sobradinho, Sol Nascente (Pôr do Sol) e Varjão.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional  
Telefone: (61) 3773-7278



Porco



Leite e derivados



Ovos



Trigo

Secretaria de  
Desenvolvimento  
Social



# CARDÁPIO DOS RESTAURANTES COMUNITÁRIOS

JANTAR - R\$ 0,50

	Segunda-Feira 17/03/2025	Terça-Feira 18/03/2025	Quarta-Feira 19/03/2025	Quinta-Feira 20/03/2025	Sexta-Feira 21/03/2025	Sábado 22/03/2025	Domingo 23/03/2025
Valor calórico	440 kcal	527 kcal	682 kcal	472 kcal	800 kcal	373 kcal	497 kcal
PRATO ÚNICO	Canja de galinha	Macarrão oriental com carne e legumes 	Galinhada (com coxa e sobrecoxa)	Caldo de feijão, macarrão e carne 	Pão com frango ao sugo 	Caldo verde (mandioca, couve e carne moída)	Arroz colorido com frango (vagem, cenoura, pimentão vermelho e cheiro verde)

Válido para os 13 Restaurantes Comunitários: Arniqueira, Brazlândia, Gama, Itapoã, Paranoá, Planaltina, Recanto das Emas, Riacho Fundo, Samambaia Expansão, São Sebastião, Sobradinho, Sol Nascente (Pôr do Sol) e Varjão.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional

Telefone: (61) 3773-7278



Porco



Leite e derivados



Ovos



Trigo

Secretaria de  
Desenvolvimento  
Social



# CARDÁPIO DOS RESTAURANTES COMUNITÁRIOS

JANTAR - R\$ 0,50

	Segunda-Feira 24/03/2025	Terça-Feira 25/03/2025	Quarta-Feira 26/03/2025	Quinta-Feira 27/03/2025	Sexta-Feira 28/03/2025	Sábado 29/03/2025	Domingo 30/03/2025
Valor calórico	546 kcal	435 kcal	682 kcal	372 kcal	396 kcal	797 kcal	360 kcal
PRATO ÚNICO	Macarronada com frango e milho 	Vaca atolada	Galinhada (com coxa e sobrecoxa)	Sopa de macarrão com legumes e carne bovina (cenoura, chuchu e batata) 	Caldo verde com frango e batata	Baião de três	Caldo de frango, milho e batata

Válido para os 13 Restaurantes Comunitários: Arniqueira, Brazlândia, Gama, Itapoã, Paranoá, Planaltina, Recanto das Emas, Riacho Fundo, Samambaia Expansão, São Sebastião, Sobradinho, Sol Nascente (Pôr do Sol) e Varjão.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional

Telefone: (61) 3773-7278



Porco



Leite e derivados



Ovos



Trigo

Secretaria de  
Desenvolvimento  
Social



# CARDÁPIO DOS RESTAURANTES COMUNITÁRIOS

JANTAR - R\$ 0,50

	Segunda-Feira 31/03/2025	Terça-Feira 01/04/2025	Quarta-Feira 02/04/2025	Quinta-Feira 03/04/2025	Sexta-Feira 04/04/2025	Sábado 05/04/2025	Domingo 06/04/2025
Valor calórico	404 kcal	587 kcal	682 kcal	435 kcal	800 kcal	445 kcal	440 kcal
PRATO ÚNICO	Cuscuz com carne e legumes (cenoura, tomate, cebola, pimentão e cheiro verde)	Macarrão a bolonhesa 	Galinhada (com coxa e sobrecoxa)	Vaca atolada	Pão de sal com frango ao sugo 	Arroz carreteiro	Canja de galinha

Válido para os 13 Restaurantes Comunitários: Arniqueira, Brazlândia, Gama, Itapoã, Paranoá, Planaltina, Recanto das Emas, Riacho Fundo, Samambaia Expansão, São Sebastião, Sobradinho, Sol Nascente (Pôr do Sol) e Varjão.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional

Telefone: (61) 3773-7278



Porco



Leite e derivados



Ovos



Trigo

Secretaria de  
Desenvolvimento  
Social

