

Cardápio dos Restaurantes Comunitários – Café da Manhã

Referência: Março/2022 Tarifa: R\$ 0,50

	Segunda- Feira 07/03/2022	Terça-Feira 08/03/2022	Quarta-Feira 09/03/2022	Quinta-Feira 10/03/2022	Sexta-Feira 11/03/2022	Sábado 12/03/2022
Valor Calórico Kcal	514 kcal	548 kcal	481 kcal	602 kcal	580 kcal	248 kcal
Panificação	Biscoito de queijo ou pão de queijo	Pão com manteiga e Queijo	Bolo	Pão com manteiga e presunto	Rosca	Cuscuz com manteiga e ovo
Bebida	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.
Fruta	Melancia	Maçã	Mamão	Banana	Melão	Laranja

Válido para 7 Restaurantes Comunitários: Brazlândia, Ceilândia, Estrutural, Paranoá, Samambaia, São Sebastião e Sol Nascente.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional
Tel: (61) 3773-7228



Cardápio dos Restaurantes Comunitários – Café da Manhã

Referência: Março/2022 Tarifa: R\$ 0,50

	Segunda-Feira 14/03/2022	Terça-Feira 15/03/2022	Quarta-Feira 16/03/2022	Quinta-Feira 17/03/2022	Sexta-Feira 18/03/2022	Sábado 19/03/2022
Valor Calórico Kcal	580 kcal	481 kcal	292 kcal	481 kcal	514 kcal	588 kcal
Panificação	Rosca	Pão com manteiga e presunto	Cuscuz com manteiga e queijo	Bolo	Biscoito de queijo ou pão de queijo	Pão com manteiga e ovo
Bebida	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.
Fruta	Melão	Banana	Maçã	Mamão	Melancia	Goiaba

Válido para 7 Restaurantes Comunitários: Brazlândia, Ceilândia, Estrutural, Paranoá, Samambaia, São Sebastião e Sol Nascente.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional
Tel: (61) 3773-7228



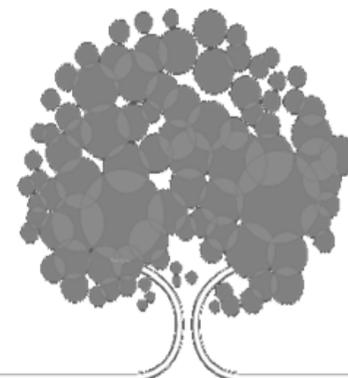
Cardápio dos Restaurantes Comunitários – Café da Manhã

Referência: Março/2022 Tarifa: R\$ 0,50

	Segunda-Feira 21/03/2022	Terça-Feira 22/03/2022	Quarta-Feira 23/03/2022	Quinta-Feira 24/03/2022	Sexta-Feira 25/03/2022	Sábado 26/03/2022
Valor Calórico Kcal	478 kcal	542 kcal	612 kcal	560 kcal	523 kcal	323 kcal
Panificação	Bolo	Pão com manteiga e queijo	Rosca	Pão com manteiga e presunto	Biscoito de queijo ou pão de queijo	Cuscuz com manteiga e queijo
Bebida	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.
Fruta	Melão	Maça	Goiaba	Laranja	Mamão	Banana

Válido para 7 Restaurantes Comunitários: Brazlândia, Ceilândia, Estrutural, Paranoá, Samambaia, São Sebastião e Sol Nascente.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional
Tel: (61) 3773-7228



Cardápio dos Restaurantes Comunitários – Café da Manhã

Referência: Março/2022 Tarifa: R\$0,50

	Segunda-Feira 28/03/2022	Terça-Feira 29/03/2022	Quarta-Feira 30/03/2022	Quinta-Feira 31/03/2022	Sexta-Feira 01/04/2022	Sábado 02/04/2022
Valor Calórico Kcal	565 kcal	472 kcal	543 kcal	580 kcal	585 kcal	332 kcal
Panificação	Pão com manteiga e presunto	Bolo	Pão com manteiga e queijo	Rosca	Pão com manteiga e queijo	Cuscuz com manteiga e ovo
Bebida	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.	Leite, café ou pingado.
Fruta	Maçã	Melancia	Laranja	Melão	Banana	Goiaba

Válido para 7 Restaurantes Comunitários: Brazlândia, Ceilândia, Estrutural, Paranoá, Samambaia, São Sebastião e Sol Nascente.

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional
Tel: (61) 3773-7228

