



# CARDÁPIO E

EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS - EJA

**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus Amorim Pinheiro (RT)  
CRN6: 12525

Luciane Araujo Piedade (QT)  
CRN6: 8649

**GOVERNO ESTADO DO MARANHÃO**  
FLÁVIO DINO DE CASTRO E COSTA

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO**  
FELIPE COSTA CAMARÃO

**SECRETARIA ADJUNTA DE SUPORTE AO SISTEMA EDUCACIONAL**  
ANDERSON FLÁVIO LINDOSO SANTANA

**SUPERINTENDÊNCIA DE SUPORTE A EDUCAÇÃO**  
LUIS SÉRGIO SANCHES GOMES PINTO

**SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**  
NATHÁLIA ISABELLA PAVÃO PINTO LIMA

**SETOR DE NUTRIÇÃO**  
MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO (Responsável Técnico)  
CRN6: 12525  
LUCIANE ARAUJO PIEDADE (Quadro Técnico)  
CRN6: 8649

**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus Amorim Pinheiro (RT)  
CRN6: 12525

Luciane Araujo Piedade (QT)  
CRN6: 8649

## ***ORIENTAÇÕES DA NUTRIÇÃO***

✓ Os cardápios são elaborados de acordo com a Resolução FNDE nº 26 de 17 de junho de 2013.

✓ O cardápio **só poderá sofrer alteração**, de qualquer espécie, em razões de *sazonalidade, demanda da escola e/ou custo dos alimentos*. Essas alterações só poderão **ser feitas pelo setor de nutrição da SEDUC/MA**, pois não podem prejudicar o valor nutricional das refeições.

✓ O cardápio deverá **ser afixado no mural da escola** para conhecimento dos alunos e da comunidade escolar e, obrigatoriamente, **constar na Prestação de Contas**.

### **Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus Amorim Pinheiro (RT)  
CRN6: 12525

Luciane Araujo Piedade (QT)  
CRN6: 8649

**CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JANEIRO A DEZEMBRO DE 2016**  
**EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS - EJA**

<b>DIA DA SEMANA</b>	<b>PREPARAÇÃO</b>
<b>SEGUNDA</b>	<i>IOGURTE DE FRUTA COM BISCOITO - FRUTA</i>
<b>TERÇA</b>	<i>MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOIDA</i>
<b>QUARTA</b>	<i>ARROZ PRIMAVERA COM FRANGO CENOURA - FRUTA</i>
<b>QUINTA</b>	<i>VITAMINA DE BANANA COM BISCOITO</i>
<b>SEXTA</b>	<i>SOPA DE LEGUMES COM FEIJÃO E MACARRÃO - FRUTA</i>

<b>DIA DA SEMANA</b>	<b>PREPARAÇÃO</b>
<b>SEGUNDA</b>	<i>SUCO DE FRUTA COM BISCOITO ROSQUINHA - FRUTA</i>
<b>TERÇA</b>	<i>RISOTO DE CARNE MOIDA E SALADA VERDE (ALFACE+CEBOLINHA+PEPINO)</i>
<b>QUARTA</b>	<i>SALADA DE FRUTA</i>
<b>QUINTA</b>	<i>VITAMINA DE ABACATE COM BISCOITO</i>
<b>SEXTA</b>	<i>ARROZ DE MACARRÃO COM FRANGO COZIDO - FRUTA</i>

<b>DIA DA SEMANA</b>	<b>PREPARAÇÃO</b>
<b>SEGUNDA</b>	<i>ACHOCOLATADO COM CUSCUZ – FRUTA</i>
<b>TERÇA</b>	<i>BAIÃO DE 2 COM CARNE COZIDA</i>
<b>QUARTA</b>	<i>FEIJÃO TROPEIRO COM OVOS E COUVE - FRUTA</i>
<b>QUINTA</b>	<i>FAROFA DE CARNE MOIDA E SOJA TEXTURIZADA E COUVE</i>
<b>SEXTA</b>	<i>RISOTO DE FRANGO - FRUTA</i>

<b>DIA DA SEMANA</b>	<b>PREPARAÇÃO</b>
<b>SEGUNDA</b>	<i>CALDO DE OVOS - FRUTA</i>
<b>TERÇA</b>	<i>ARROZ, FEIJÃO, CARNE COZIDA ABÓBORA E BATATA DOCE</i>
<b>QUARTA</b>	<i>VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO BISCOITO</i>
<b>QUINTA</b>	<i>SOPA DE MACARRÃO, CARNE E LEGUMES - FRUTA</i>
<b>SEXTA</b>	<i>SUCO DE FRUTA E PÃO DOCE - FRUTA</i>

**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus Amorim Pinheiro (RT)  
CRN6: 12525

Luciane Araujo Piedade (QT)  
CRN6: 8649