



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA ADJUNTA DE ADMINISTRAÇÃO
SUPERINTÊNCIA DE SUPRIMENTOS
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO

CARDÁPIO A

ENSINO MÉDIO REGULAR (16 A 18 ANOS)

DE FEVEREIRO A JUNHO DE 2021

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN6: 12525

Luciane Araujo Piedade (QT)
CRN6: 8649

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN6: 10237

Maria do Socorro M. Jansen (QT)
CRN6: 20571

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN6: 12223



ATENÇÃO

1. Esse cardápio destina-se aos alunos do AEE;
2. A **HORA DESCRITA** abaixo nos cardápios é apenas uma previsão, porém é necessário colocá-la devido **exigências do FNDE**;
3. Tanto a **FRUTA** como a **POLPA DE FRUTA** poderá ser escolhida de acordo com a sazonalidade da região;
4. **Caso a escola tenha aluno com as seguintes patologias:** Alérgico à proteína do leite de vaca, diabetes, dislipidemias, doenças celíaca, intolerância a lactose, hipertensão e fenilcetonúria; O GESTOR DEVERÁ CUMPRIR COM O CARDÁPIO ESPECÍFICO PARA ESTE ALUNO. E este deverá apresentar o laudo médico comprovando-a;
5. **QUALQUER ALTERAÇÃO NO CARDÁPIO, AVISAR AO SETOR DE NUTRIÇÃO. QUALQUER ALTERAÇÃO NO CARDÁPIO, AVISAR AO SETOR DE NUTRIÇÃO.**

Elaborado pelas Nutricionistas:



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA ADJUNTA DE ADMINISTRAÇÃO
SUPERINTÊNCIA DE SUPRIMENTOS
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO MARANHÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO "A" AEE – ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO / ENSINO MÉDIO REGULAR (16 A 18 ANOS) DE FEVEREIRO A JUNHO DE 2020														
1ª SEMANA	2ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		3ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		4ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		5ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		6ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS					
LANCHE DA MANHÃ 9h30	Mingau de milho branco com coco ralado e biscoito rosquinha		Farofa simples (farinha branca, ovos e cebolinha) + Laranja		Caldo de feijão com carne e couve		Arroz de frango ensopado (arroz, frango em cubos, feijão e abóbora)		Macarrão laranja (macarrão, carne moída e cenoura ralada) + Banana					
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal))	PTN (g)	LIP (g)	SAT (g)	CHO (g)	FIBRAS (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Na (mg)	Gord Trans (mg)
	544,98	17,37	15,02	5,97	87,69	12,17	82,56	111,82	3,78	2,08	25,29	16,49	359,38	0,16

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO MARANHÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO "A" AEE – ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO / ENSINO MÉDIO REGULAR (16 A 18 ANOS) DE FEVEREIRO A JUNHO DE 2020														
2ª SEMANA	2ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		3ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		4ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		5ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		6ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS					
LANCHE DA MANHÃ 9h30	Farofa de carne moída com cenoura ralada + Maçã		Caldo de ovos com cebolinha		Mingau de fubá de milho com coco ralado		Galinhada com abóbora em cubos + Banana		Macarronada de carne moída e abobrinha com suco de acerola					
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal))	PTN (g)	LIP (g)	SAT (g)	CHO (g)	FIBRAS (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Na (mg)	Gord Trans (mg)
	543,56	20,41	13,74	3,90	86,90	5,91	143,53	62,32	2,22	1,96	63,74	240,01	567,57	0,16

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN6: 12525

Luciane Araujo Piedade (QT)
CRN6: 8649

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN6:10237

Maria do Socorro M. Jansen (QT)
CRN6: 20571

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN6: 12223



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA ADJUNTA DE ADMINISTRAÇÃO
SUPERINTÊNCIA DE SUPRIMENTOS
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO MARANHÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO "A" AEE – ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO / ENSINO MÉDIO REGULAR (16 A 18 ANOS) DE FEVEREIRO A JUNHO DE 2020														
3ª SEMANA		2ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		3ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS			4ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS			5ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		6ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		
LANCHE DA MANHÃ 9h30		Vitamina de acerola com bolo		Farofa de feijão, carne e espinafre + Melancia			Sopa prática (carne, feijão, abóbora, quiabo e couve)			Macarronada diferente (macarrão, carne moída, e manjerição) com suco de goiaba		Arroz forte (arroz, ovo e cenoura) + Melão		
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal))	PTN (g)	LIP (g)	SAT (g)	CHO (g)	FIBRAS (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Na (mg)	Gord Trans (mg)
	543,33	26,69	19,56	5,86	68,33	9,74	198,69	105,83	4,21	4,40	78,31	440,86	454,28	0,26

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO MARANHÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO "A" AEE – ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO / ENSINO MÉDIO REGULAR (16 A 18 ANOS) DE FEVEREIRO A JUNHO DE 2020														
4ª SEMANA		2ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		3ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS			4ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS			5ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		6ª FEIRA ____/____ DIA / MÊS		
LANCHE DA MANHÃ 9h30		Arroz de feijão verde com ovos mexidos + Banana		Caldo de feijão com couve e carne			Farofa de carne (farinha branca, carne bovina em cubos, cenoura e cebolinha) + Melão			Arroz simples misturado (arroz e frango, couve)		Vitamina de cajá com pão		
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal))	PTN (g)	LIP (g)	SAT (g)	CHO (g)	FIBRAS (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Na (mg)	Gord Trans (mg)
	544,58	34,19	25,64	7,78	46,24	7,01	221,40	116,39	4,17	5,57	121,59	21,35	557,29	0,42

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN6: 12525

Luciane Araujo Piedade (QT)
CRN6: 8649

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN6:10237

Maria do Socorro M. Jansen (QT)
CRN6: 20571

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN6: 12223