



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA Nº 224/2024 - SUPAE/SEDUC

São Luís, data da assinatura eletrônica.

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio “C” – Ensino Educação de Jovens e Adultos I- EJA I					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Educação de Jovens e Adultos I- EJA I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 a 60 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2024					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	logurte de fruta com biscoito maizena	Farofa completa (farinha branca, frango desfiado, couve e fava) + banana	Suco de cajá com pão cheio (carne bovina moída, cenoura ralada e alface)	Sopa de frango com feijão e legumes (batata inglesa, quiabo, vinagreira e beterraba	Arroz Delícia (arroz, cubos de frangos, abóbora, João gomes) + Laranja
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		484,23 Kcal	77 g	19 g	10 g
		100 %	65 %	16 %	19 %

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio “C” – Ensino Educação de Jovens e Adultos I- EJA I					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Educação de Jovens e Adultos I- EJA I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 a 60 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2024					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Farofa de ovos e cebolinha + Melancia	Macarrão com frango desfiado e salsa e suco de goiaba	Arroz do sertão (arroz, carne suína em cubos*, feijão verde, maxixe e quiabo) + Banana Obs: *Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou ovo.	Suco de maracujá com <i>bolo de trigo*</i> Obs: *Poderá ser substituído por pão ou biscoito.	Arroz com vinagreira, frango cozido com chuchu e batata, feijão com abóbora e salada crua (alface e pepino)

Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	488,61 Kcal	79 g	17 g	12 g
	101 %	65 %	14 %	22 %

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio “C” – Ensino Educação de Jovens e Adultos I- EJA I					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Educação de Jovens e Adultos I- EJA I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 a 60 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2024					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Achocolatado com cuscuz de milho com manteiga + Melão	Macarrão ao molho de tomate (macarrão, tomate, carne bovina moída e salsa)	Salada de fruta (mamão, laranja e banana)	Sopa de macarrão com frango, feijão e legumes (abobrinha, abóbora e vinagreira)	Baião de dois, isca de carne com repolho e salada refogada (cenoura e vagem) + suco de acerola)
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		479,91 Kcal	78 g	20 g	10 g
		102 %	65 %	17 %	20 %

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio “C” – Ensino Educação de Jovens e Adultos I- EJA I					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Educação de Jovens e Adultos I- EJA I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 a 60 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2024					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Caldo de ovos com cebolinha + pão	Vitamina de abacate e biscoito salgado	Galinhada e salada crua (Acelga e rúcula) + melancia	Farofa Mistão (Farinha branca, frango em cubos, ovos, cebola, tomate e João Gomes) + suco de Murici	Baião de três (Arroz, feijão e carne bovina em cubos), salada crua (tomate, pepino e coentro) + Laranja
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		490,11 Kcal	83 g	16 g	11 g
		100 %	68 %	13 %	19 %

Atenciosamente,

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

M^a do Socorro M. Jansen (QT)

Suzana Borba F. da Silva (QT)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11: 8034

CRN11:4418

DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO
NUTRICIONISTA - SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO

Rua dos Pinheiros, n.º 15, Qd. 16 - Bairro Jardim São Francisco. São Luís - MA - CEP 65076-250
- <https://www.educacao.ma.gov.br/>



Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO**,
NUTRICIONISTA, em 19/08/2024, às 10:21, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**,
NUTRICIONISTA, em 19/08/2024, às 10:46, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO**,
NUTRICIONISTA, em 19/08/2024, às 11:05, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA**,
NUTRICIONISTA, em 19/08/2024, às 11:34, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



A autenticidade do documento pode ser conferida no site <https://sei.ma.gov.br/autenticidade> informando o código verificador **2840630** e o código CRC **23094B76**.