



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA - CI Nº 63/2025 - SUPAE/SEDUC

São Luís, data da assinatura eletrônica.

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio "B" - Ensino Educação Jovens e Adultos I					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Educação Jovens e Adultos I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 A 30 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO 2024					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Mingau de tapioca com coco ralado	Macarronada com carne moída e manjerição + Suco de acerola	Farofa de ovos com cebolinha + Melancia	Arroz branco, isca de frango, salada crua (alface, pepino e tomate) + Suco de cajá	Arroz branco, mexido de carne moída com cenoura ralada e repolho, Salada crua de alface, tomate e limão + Banana
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		477,74	309,60	77,36	91,19
		100%	65%	16%	19%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio "B" - Ensino Educação Jovens e Adultos I					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Educação Jovens e Adultos I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 A 30 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO 2024					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Achocolatado com cuscuz de milho e ovos mexidos + mamão	Farofa Maravilha (farinha branca, carne bovina, couve e cebolinha) + Suco de caju	Baião Misto (arroz, feijão verde, ovo, rúcula e pimentão), Salada refogada (repolho, cebolinha e tomate) + Suco de abacaxi	Mix de frutas (Maça, laranja e banana) com aveia	Arroz Nordestino (arroz, carne bovina em cubos, feijão, cenoura e cheiro verde), salada cozida (Vagem, abóbora e coentro)
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		477,67	346,30	59,80	80,92
		100%	72%	13%	17%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio “B” - Ensino Educação Jovens e Adultos I					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Educação Jovens e Adultos I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 A 30 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO 2024					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Vitamina de abacate com pão com manteiga) + melão	Tropeiro de carne moída (feijão, carne bovina em cubos, farinha branca, pimentão e coentro) + Suco de acerola	Caldo de macaxeira com carne desfiada e Torrada + Suco de maracujá	Farofa caipira (farinha branca, frango desfiado, coentro e fava) + Suco de cajá	Arroz brasileiro (carne, arroz, feijão e couve), Salada refogada (Chuchu, rúcula, pimentão) + Laranja
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		477,26	303,15	72,62	112,62
		100%	64%	15%	24%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio “B” - Ensino Educação Jovens e Adultos I					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Educação Jovens e Adultos I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 A 30 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO 2024					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Caldo de ovos com torrada	Escondidinho de Carne Moída (macarrão, carne moída e cheiro verde, salada refogada (repolho, cebola e tomate) + suco de murici	Pão com frango desfiado com cenoura, pepino e alface + suco de goiaba	Café com leite, Macaxeira cozida e ovos mexidos + mamão	Arroz do sertão (arroz, <u>carne suína</u> em cubos, vagem, maxixe e quiabo + salada crua (Acelga e tomate) + Banana *Pode ser substituído por frango ou carne bovina*
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		477,57	309,58	66,92	105,75
		100%	65%	14%	22%

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 **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**,
NUTRICIONISTA, em 23/01/2025, às 10:31, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO**,
NUTRICIONISTA, em 23/01/2025, às 11:04, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA**,
NUTRICIONISTA, em 23/01/2025, às 11:31, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO**,
NUTRICIONISTA, em 27/01/2025, às 09:39, 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 **5746502** e o código CRC **14772C02**.
