



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA Nº 23/2025 - SUPAE/SEDUC

São Luís, data da assinatura eletrônica.

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais					
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Mingau de aveia (leite integral em pó, aveia)	Vitamina de abacate (leite integral, abacate)	Suco de uva com pão massa fina	Salada de fruta (melão, melancia e mamão) Obs: cortar em palito	Leite quente (leite integral em pó) e beiju
ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, feijão carioca simples bem cozido, sobrecoxa de frango assada e salada : de alface e tomate em rodela e laranja Obs: Cuidado com caroço	Arroz branco bem cozido, feijão preto bem cozido com vinagreira, bife bovino ao molho Salada de repolho e cheiro verde e banana Obs: descasque até a metade e deixe a criança pegar	Arroz branco bem cozido, frango cozido com batata doce e Salada de acelga em tiras e beterraba ralada	Arroz branco bem cozido, feijão carioca bem cozido, carne bovina trinchada, Salada de macarrão, cenoura ralar bem fina	Arroz com açafrão bem cozido, feijão verde cozido, carne bovina assada no forno, Salada no vapor (chuchu e abóbora) Obs: cortar os legumes em palito
LANCHE DA TARDE: 15h30	Macarrão de parafuso com carne moída	Sopa de frango com legumes (frango em cubos, chuchu, abóbora, beterraba, vinagreira, macarrão)	Farofa de cuscuz com ovos mexidos e banana Obs: descasque até a metade e deixe a criança pegar	Crepioca em pedaços (ovo, farinha de tapioca) com suco de caju	Torta salgada de frango desfiado com cenoura e vagem com Suco de Goiaba
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		100%	55%	14%	31%
		708,53	97,0 g	35,0 g	24,0 g

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais					
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Leite morno e cuscuz de milho	Banana em cubos com leite integral em pó e aveia em flocos Obs: cortar em rodelas a banana	Suco de goiaba com quadradinho de banana	Mingau de milho (leite integral em pó e milho branco)	Suco de caju com pão de batata doce
ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, carne em tiras refogada, feijão preto com vinagreira e abóbora e S a l a d a crua (acelga, tomate) Obs: cortar o tomate em rodelas	Arroz branco bem cozido, filé de frango trinchado, feijão carioca simples, purê de batata inglesa e Salada de alface e pepino Obs: cortar o pepino em palito	Arroz branco bem cozido, torta de carne moída com cenoura e cebolinha, feijão verde com quiabo e berinjela, macarrão e salada repolho e rúcula e laranja Obs: Cuidado com caroço	Arroz branco bem cozido, peixe cozido com batata doce, ovo e cenoura e salada crua de acelga com cheiro verde e melão Obs: Cortar em palito	Arroz de cenoura bem cozida, frango ao molho com vagem e abóbora, macarrão simples e salada pepino e tomate Obs: cortar o pepino e tomate em palito
LANCHE DA TARDE: 15h30	Creme de macaxeira com carne bovina desfiada	Sanduíche de frango desfiado e alface com Suco de caju	Caldo de abóbora, inhame e carne em cubinhos	Macarronada de carne moída e coentro	Farofa com cuscuz de milho com ovo, tomate e cheiro verde com laranja Obs: Cuidado com caroço
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		100%	65%	10%	25%
		708,56	115,0 g	18,00 g	20,00 g

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais					
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Mamão em palito e aveia em flocos	Suco de manga e pão massa grossa	Mingau de tapioca (leite integral em pó e tapioca)	Vitamina de banana (leite integral e banana) com biscoito de laranja	Suco de manga e beiju

ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, assado de panela de carne bovina, feijão verde com couve e Salada alface e tomate em rodela com abacaxi obs: Tirar o miolo e deixar em rodela	Arroz branco bem cozidos, frango ao cubo com cebola, feijão preto simples e Salada crua acelga e pimentão verde em tiras	Arroz branco bem cozido, carne bovina trinchada, purê de macaxeira e Salada de repolho com cheiro verde e tangerina O b s ; cuidado com caroço	Arroz branco bem cozido, torta de frango desfiado com ovo, feijão preto com João gomes e Salada cozida cenoura e beterraba em tiras	Arroz baião de dois bem cozido, peixe assado no forno com batata inglesa e cheiro verde, cuxá e laranja O b s ; cuidado com caroço
LANCHE DA TARDE: 15h30	Suco de acerola com pão com ovos mexidos	Sopa de legumes com macarrão (carne em cubos, macarrão, cenoura, batata inglesa e vagem)	Macarronada misto (carne moída e ovo cozido em pedaços)	Salada de fruta (melão, melancia e mamão) Obs: cortar em palito	Risoto de frango desfiado com cenoura ralada com banana Obs: descasque até a metade e deixe a criança pegar
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		100 %	65 %	15 %	25 %
		708,30	115,0 g	27,0 g	20,0 g

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais					
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Suco de caju com pão massa fina	logurte caseiro com cookie de banana	Mix de fruta (mamão e melão) Obs: cortar as frutas em formato de palito	Vitamina de banana (leite integral em pó, banana)	Suco de cajá com bolo simples sem açúcar

ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, frango refogado, feijão carioca simples, macarrão e Salada crua repolho e cebolinha e laranja Obs: cuidado com o caroço	Arroz branco bem cozido, carne cozida com maxixe, quiabo e vinagreira e S a l a d a crua acelga e rúcula e melão Obs: Cortar o melão em tiras	Arroz com feijão bem cozido, carne em tiras refogada, purê de batata doce e Salada alface e cheiro verde	Arroz branco bem cozido, frango assado no forno, feijão preto simples e salada repolho, tomate em rodela e abacaxi Obs: Cortar o abacaxi em rodela	Arroz de branco bem cozido, almôndegas ao molho de tomate e manjericão e salada de alface, salsinha e pepino em palito e melancia Obs: Cortar a melancia em palito
LANCHE DA TARDE: 15h30	Sopa creme (canoura, batata inglesa, cheiro verde liquidificado com carne bovina desfiada)	Suco de cajá com Sanduiche de carne moída	Macarrão ao molho com carne moída e manjericão	Caldo de macaxeira com frango desfiado e cheiro verde	Leite morno com cuscuz de arroz
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		105%	65%	15%	25%
		708,49	115,0 g	27,0 g	28,0 g

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

Mª do Socorro M. Jansen (QT)

Suzana Borba F. da Silva (QT)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11:

8034

CRN11:441

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 22/01/2025, às 14:20, 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 11:22, 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 09:23, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.

Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO**, **NUTRICIONISTA**, em 27/01/2025, às 11:01, 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 **5696834** e o código CRC **BDCA5397**.