



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA Nº 53/2025 - SUPAE/SEDUC

São Luís, data da assinatura eletrônica.

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO II MODIFICADO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Achocolatado quente e pão com ovos mexidos	Vitamina de goiaba com biscoito salgado	Mingau de milho com coco + mamão	Mix de frutas com aveia (banana, mamão, melão) *Sugestão: Misturar leite ou suco de fruta na salada	Suco de manga com biscoito salgado
ALMOÇO: 12h	Arroz branco, bisteca de carne suína com pimentão verde e cebola em rodela, feijão com maxixe e quiabo, salada crua (beterraba e cenoura ralada com cebolinha)	Arroz corado (arroz e açafrão), frango cozido com maxixe e quiabo, farofa, salada de feijão-verde + laranja	Arroz branco, peixe frito, purê de batata inglesa, vinagrete (tomate, cebola, cheiro-verde) + suco de caju	Arroz branco, strogonoff de carne bovina, macarrão, feijão com abóbora, farofa, salada cozida (beterraba, chuchu e acelga picadinha)	Galinhada especial (frango, couve, manjeriço), feijão com João Gomes, farofa, salada crua (cenoura, alface, vagem refogada) + melão
LANCHE DA TARDE: 15h30	Suco de cajá com biscoito doce	Batata doce cozida com ovos mexidos	Macarrão com carne moída e cheiro verde	Mexido de cuscuz (flocão de milho, ovo e cebolinha) + suco de maracujá	Farofa de frango desfiado com cebolinha (farinha branca, frango em cubos e cebolinha)
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1.902,64	263g	71g	67g
		101%	55%	15%	31%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO II MODIFICADO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Mingau de aveia vitaminado + banana	Vitamina de abacate + biscoito cream cracker	Suco de manga com batata doce cozida	Suco de goiaba e pão com manteiga	Caldo de ovos com torrada
ALMOÇO: 12h	Arroz baião de dois, picadinho de carne bovina com legumes (maxixe, quiabo, vinagreira e abóbora), farofa, salada crua (alface, tomate, pepino, cheiro-verde)	Arroz branco, Isca de frango com manjeriçã, feijão com couve, macarrão, farofa, salada cozida (chuchu e cebolinha) + tangerina	Arroz com vinagreira, carne bovina assada de panela, purê de macaxeira, farofa com cebola, salada crua (pepino, tomate, cheiro-verde) + suco de abacaxi	Arroz branco, bisteca de carne bovina frita com cebola, feijão verde com maxixe e quiabo, farofa, salada refogada (repolho, beterraba)	Arroz branco, feijoada carioca (feijão, carne bovina, batata inglesa, abóbora, abobrinha, cheiro-verde, couve), farinha amarela, salada crua (acelga, tomate) + laranja
LANCHE DA TARDE: 15h30	Suco de acerola + pão com ovos mexidos	Arroz maria Izabel	Farofa de frango (farinha branca, frango em cubos e cebolinha)	Suco de cajá com biscoito rosquinha	Macaxeira cozida com ovos mexidos
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1.902,64	263g	71g	67g
		101%	55%	15%	31%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO II MODIFICADO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Achocolatado quente e cuscuz de milho com manteiga + melão	Salada de frutas (mamão, laranja, banana, aveia) *Sugestão: Misturar leite ou suco de fruta na salada	Suco de abacaxi e batata doce cozida com ovos	logurte de fruta + banana	Suco de caju e pão com manteiga
ALMOÇO: 12h	Arroz branco, tirinhas de frango com manjeriçã, feijão preto com maxixe e quiabo, farofa, salada crua (acelga, pepino, tomate, cenoura, limão)	Arroz Maria Isabel (arroz, carne) farofa, salada crua (repolho e cheiro verde) + suco de acerola	Arroz baião de dois (arroz, feijão), carne desfiada com cebolinha, creme de milho, farofa, salada cozida (chuchu, beterraba, acelga picadinha) + maçã	Arroz branco, carne suína assada, feijão com abóbora, macarrão, salada crua (rúcula, cenoura ralada) + suco de goiaba	Galinhada especial (frango, couve, manjeriçã), purê misto (abóbora, batata inglesa), farofa, salada crua (beterraba, alface, vagem refogada) + tangerina

LANCHE DA TARDE: 15h30	Mingau de fubá de milho com coco	Suco de maracujá com manê	Vitamina de banana e aveia com biscoito maria	Farofa de carne moída com cebola, cebolinha, cheiro verde e tomate	Caldo de feijão com couve
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1.902,82	278g	71g	61g
		101%	58%	15%	28%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO II MODIFICADO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Suco de goiaba com pão e manteiga	Vitamina de banana, mamão e aveia com biscoito salgado	logurte de fruta + maçã	Mingau de tapioca com coco	Suco de cajá e pão com ovos mexidos
ALMOÇO: 12h	Arroz Maria Isabel, feijão com espinafre e abóbora, tirinhas de peito de frango trinchado, salada crua (alface, tomate, cheiro-verde) + abacaxi	Arroz branco, carne bovina cozida com batata inglesa, abóbora, quiabo e maxixe, farofa com cenoura e couve, salada crua (tomate, cenoura)	Arroz branco, peixe frito, macarrão, feijão, farofa com cebola, salada cozida (repolho e beterraba) + suco de caju	Arroz com macarrão, strogonoff de carne bovina, feijão com couve, farofa, salada cura (repolho, acelga, tomate) + laranja	Arroz branco, feijoada de carne suína com legumes (abóbora, batata inglesa), farofa, salada vinagrete (tomate, cebola, cheiro-verde) + suco de bacuri
LANCHE DA TARDE: 15h30	Suco de manga com pão amanteigado	Farofa de feijão-verde nutritiva (farinha branca, isca de frango, feijão-verde, cheiro-verde)	Batata doce cozida com ovos mexidos	Caldo de frango desfiado com macaxeira	Macarronada de sardinha com cheiro-verde
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1902,81	307g	71g	55g
		100%	60%	15%	25%

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

CRN11:4418



Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO**,
NUTRICIONISTA, em 22/01/2025, às 15:56, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**,
NUTRICIONISTA, em 23/01/2025, às 10:36, 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 09:41, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA**,
NUTRICIONISTA, em 27/01/2025, às 09:45, 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 **5732039** e o código CRC **0ECF4144**.
