



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA - CI Nº 268/2025 - SUPAE/SEDUC

São Luís, *data da assinatura eletrônica.*

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “C” – Educação Jovens e Adultos I					
MODALIDADE DE ENSINO: Educação Jovens e Adultos I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 A 30 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h	Pão cheio (pão, carne moída, cenoura, alface) + Suco de cajá	Macarrão gratinado (macarrão, frango, abobrinha, manjericão, pimenta de cheiro) + Melancia	Mingau de milho com coco ralado	Mix de frutas (Mamão, laranja e banana) com aveia.	Tropeiro de carne (feijão, carne bovina em cubos, farinha branca, couve, pimentão e coentro) + Suco de caju
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 477,34 100%	CHO (g) 306,47 64%	PTN (g) 73,35 15%	LPD (g) 115,75 2

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “C” – Educação Jovens e Adultos I					
MODALIDADE DE ENSINO: Educação Jovens e Adultos I					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 19 A 30 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h	Farofa de panelinha (flocão de milho, frango em cubos, couve e cheiro verde) + Banana	Escondidinho de sardinha (macarrão, sardinha, tomate e cheiro verde) + Suco de acerola	Vitamina de maracujá + biscoito salgado	Arroz cremoso (arroz, feijão, carne suína em cubos, cebola, tomate, coentro), salada refogada (chuchu, tomate e coentro) + Tangerina *Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou peixe	Caldo cremoso (carne moída, farinha branca, joão gomes, batata inglesa, cenoura e salsa) + Suco de abacaxi com hortelã

Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	477,98	338,67	61,90	90,82
	100%	71%	13%	1

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “C” – Educação Jovens e Adultos I MODALIDADE DE ENSINO: Educação Jovens e Adultos I ZONA: Urbana e Rural FAIXA ETÁRIA: 19 A 30 ANOS PERÍODO: Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025					
3^a SEMANA	2^a FEIRA	3^a FEIRA	4^a FEIRA	5^a FEIRA	6^aFEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h					
LANCHE	Mexido de cuscuz	Galinha (arroz, frango, abóbora e couve)	Caldo de macaxeira com carne desfiada e Torrada	Arroz tropeiro (Arroz, frango, feijão verde e cheiro verde), salada crua (acelga, pepino e tomate) + Laranja	Achocolatado com pão recheado (pão, ovos mexidos, cenoura ralada, rúcula)
VESPERTINO: 15h	(flocão de milho, ovo e cebolinha	+ Banana	+ Suco de maracujá		
LANCHE NOTURNO: 19h	+ Suco de cajá				
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		477,79	310,82	71,83	91,98
		100%	65%	15%	19%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “C” – Educação Jovens e Adultos I MODALIDADE DE ENSINO: Educação Jovens e Adultos I ZONA: Urbana e Rural FAIXA ETÁRIA: 19 A 30 ANOS PERÍODO: Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025					
4^a SEMANA	2^a FEIRA	3^a FEIRA	4^a FEIRA	5^a FEIRA	6^aFEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h					
LANCHE	Farofa completa (farinha branca, frango desfiado, couve e fava)	Baião de 2, mexido de carne moída com vagem e batata inglesa, feijão verde com abóbora e quiabo, salada crua (beterraba e cenoura ralada)	Café com leite, cuscuz de milho e ovos mexidos com cebolinha + melão	Suco de manga e batata doce cozida	Arroz Maria Izabel (arroz e carne bovina em cubos), salada crua (alface, repolho, limão e cheiro verde) + Suco de caju
VESPERTINO: 15h	+ Banana	+ Suco de goiaba			
LANCHE NOTURNO: 19h					
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		477,14	370,45	54,26	59,45
		100%	78%	11%	12%

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

SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA
NUTRICIONISTA - SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**,
NUTRICIONISTA, em 11/08/2025, às 09:14, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO**,
NUTRICIONISTA, em 11/08/2025, às 10:02, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA**,
NUTRICIONISTA, em 14/08/2025, às 16:05, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO**,
NUTRICIONISTA, em 18/08/2025, às 13:36, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



A autenticidade do documento pode ser conferida no site <https://sei.ma.gov.br/autenticidade> informando o código verificador **9154746** e o código CRC **D3183F88**.