



ESTADO DO MARANHÃO  
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA - CI Nº 310/2025 - SUPAE/SEDUC

São Luís, *data da assinatura eletrônica.*

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO MARANHÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio MODALIDADE ENSINO: ATENTIMENTO EDUCACIONAL  ESPECIALIZADO - AEE  ZONA: Urbana/Rural FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos PERÍODO: Integral com parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025					
1º SEMANA	2º FEIRA	3º FEIRA	4ºFEIRA	5ºFEIRA	6ºFEIRA
<b>Tipo de refeição/horário</b>  <b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Pão cheio (pão, carne moída, cenoura, alface) + <b>Suco de cajá</b>	Macarrão gratinado (macarrão, frango, abobrinha, manjerição, pimenta de cheiro) + <b>Melancia</b>	Mingau de milho com coco ralado	<b>Mix de frutas</b> (Mamão, laranja e banana) com aveia.	<b>Tropeiro de carne</b> (feijão, carne bovina em cubos, farinha branca, couve, pimentão e coentro) + <b>Suco de caju</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz com cenoura, frango assado e feijão e salada crua (alface, pepino) Suco de acerola	Baião de 2 (Arroz e feijão verde), carne bovina assada, farofa e vinagrete + <b>banana</b>	Arroz branco, farofa, feijoada com carne bovina e couve refogada + <b>laranja</b>	Arroz Maravilha (arroz, frango em cubos, feijão, abóbora e couve), creme de milho e salada crua (alface, cheiro verde e pepino) + suco de caju	Arroz com couve, feijão com abóbora, <b>carne suína assada*</b> , purê de batata inglesa e salada crua (alface, rúcula e tomate) + suco de abacaxi com hortelã *Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou peixe
<b>LANCHE DA TARDE: 15h 30</b>	logurte de fruta com biscoito rosquinha	Farofa tropical (Farinha branca, ovo, cebolinha e banana da terra) + suco de cajá	Salada de fruta (Mamão, banana e laranja)	Mingau de aveia + <b>banana</b>	Caldo de abóbora com carne bovina e pão
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1916,89 Kcal</b>	<b>311 g</b>	<b>76 g</b>	<b>51 g</b>
		<b>105 %</b>	<b>65 %</b>	<b>16 %</b>	<b>24 %</b>

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE ENSINO: ATENTIMENTO EDUCACIONAL					
ESPECIALIZADO - AEE					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral com parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025					
2º SEMANA	2º FEIRA	3º FEIRA	4ºFEIRA	5ºFEIRA	6ºFEIRA
<b>Tipo de refeição/ horário</b>  <b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	<b>Farofa de panelinha</b> (flocão de milho, frango em cubos, couve e cheiro verde) + <b>Banana</b>	<b>Escondidinho de sardinha</b> (macarrão, sardinha, tomate e cheiro verde) + <b>Suco de acerola</b>	<b>Vitamina de maracujá</b> + biscoito salgado	<b>Arroz cremoso</b> (arroz, feijão, carne suína em cubos, cebola, tomate, coentro), salada refogada (repolho, cebola e tomate) + <b>Tangerina</b> *Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou peixe	Caldo cremoso (carne moída, farinha branca, João Gomes, batata inglesa, cenoura e salsa) + <b>Suco de abacaxi com hortelã</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz com macarrão (arroz e macarrão), bife acebolado, feijão com legumes (maxixe e quiabo) e legumes refogado (chuchu e abobrinha) + <b>melão</b>	Arroz com fava, carne cozida com batata inglesa, macarrão e salada crua (acelga e pepino) com suco de maracujá	Galinhada (frango e abóbora) e mix de folhas (Alface e rúcula) com suco de goiaba	Arroz à grega (vagem e cenoura), bobó de vinagreira, peixe ao molho e salada crua (alface, repolho e tomate) + <b>abacaxi</b>	Arroz branco, farofa, creme de frango_e salada crua (repolho e beterraba) com Suco de cajá
<b>LANCHE DA TARDE: 15h 30</b>	Suco de acerola com bolo de trigo	Mingau de milho com coco	Macarronada de carne moída e manjerição (macarrão, carne moída e manjerição)	Vitamina de maracujá com pão delícia (pão, frango e cenoura ralada e alface)	Sopa de carne, macarrão e legumes (inhame, cenoura e vinagreira)
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(kcal)</b>	<b>CHO(g)</b>	<b>PTN(g)</b>	<b>LPD(g)</b>
		<b>1910,80 Kcal</b>	<b>280 g</b>	<b>70 g</b>	<b>53 g</b>
		<b>100 %</b>	<b>59 %</b>	<b>15 %</b>	<b>26 %</b>

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO MARANHÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE ENSINO: ATENTIMENTO EDUCACIONAL					
ESPECIALIZADO - AEE					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral com parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025					
3º SEMANA	2º FEIRA Dia/mês	3º FEIRA Dia/mês	4ºFEIRA Dia/mês	5ºFEIRA Dia/mês	6ºFEIRA Dia/mês

<p><b>Tipo de refeição/ horário</b></p> <p><b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b></p>	Mexido de cuscuz (flocão de milho, ovo e cebolinha + Suco de cajá	Galinhada (arroz, frango e abóbora) + Banana	Caldo de macaxeira com carne desfiada e Torrada + Suco de maracujá	Arroz tropeiro (Arroz, frango, feijão verde e cheiro verde), salada crua (pepino, alface e cebolinha) + Laranja	Achocolatado com pão recheio (pão, ovos mexidos, cenoura ralada, rúcula)
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, purê de abóbora, coxa e sobrecoxa de frango ao molho e salada crua (repolho, cebolinha e tomate) + suco de goiaba	Arroz de macarrão, <b><u>guisado de carne suína<sup>1</sup></u></b> com batata doce e cenoura e salada crua (alface, repolho e tomate) + <b>Melancia</b> *Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou peixe.	Arroz branco, feijão, peixe ao forno e salada de crua (alface e pepino) + suco de caju	Arroz branco, isca de carne com pimentão e cebola, feijão, macarrão e salada crua (acelga e tomate) + <b>abacaxi</b>	Arroz com cenoura, farofa, filé de frango com pimentão e salada crua (rúcula e tomate) com suco de manga
<b>LANCHE DA TARDE: 15h 30</b>	Vitamina de abacate com biscoito salgado	Caldo de carne com macaxeira + pão	Salada de fruta (Banana, laranja e maçã)	Mingau de tapioca com coco	Maria Izabel (arroz e carne bovina em cubos) e mix de folha (Rúcula e a alface) + <b>banana</b>
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN(g)</b>	<b>LPD(g)</b>
		<b>1911,87 Kcal</b>	<b>300 g</b>	<b>67 g</b>	<b>45 g</b>
		<b>100 %</b>	<b>63 %</b>	<b>15 %</b>	<b>22 %</b>
<p><b>SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO MARANHÃO</b>  <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE</b></p>					
<p><b>CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio</b>  <b>MODALIDADE ENSINO: ATENTIMENTO EDUCACIONAL</b></p> <p><b>ESPECIALIZADO - AEE</b></p> <p><b>ZONA: Urbana/Rural</b>  <b>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos</b>  <b>PERÍODO: Integral com parcial</b></p>					
<b>AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025</b>					
<b>4º SEMANA</b>	<b>2º FEIRA</b> <b>Dia/mês</b>	<b>3º FEIRA</b> <b>Dia/mês</b>	<b>4ºFEIRA</b> <b>Dia/mês</b>	<b>5ºFEIRA</b> <b>Dia/mês</b>	<b>6ºFEIRA</b> <b>Dia/mês</b>
<p><b>Tipo de refeição/ horário</b></p> <p><b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b></p>	Farofa completa (farinha branca, frango desfiado, couve e fava) + <b>Banana</b>	Baião de 2, mexido de carne moída com vagem e batata inglesa, feijão verde com abóbora e quiabo, salada crua (tomate picado e cheiro verde) + Suco de goiaba	Café com leite, cuscuz de milho e ovos mexidos com cebolinha + <b>melão</b>	Suco de manga e batata doce cozida	Maria Izabel (arroz e carne bovina em cubos), salada crua (alface, repolho, limão e cheiro verde) + Suco de caju

<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz Maria Izabel e salada crua (alface, pepino e tomate) <b>+ banana</b>	Arroz branco, coxa e sobrecoxa assada e salada crua (acelga e tomate) <b>+ suco de acerola</b>	Arroz do norte (arroz, carne em cubos, feijão verde e couve) e salada crua (pepino, tomate e cebolinha) <b>+ tangerina</b>	Arroz branco, farofa, feijão, <b>carne suína<sup>1</sup></b> acebolada com legumes refogado (berinjela, tomate e cebolinha) <b>+ suco de maracujá</b> <i>*Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou peixe.</i>	Arroz com João gomes, feijão, tiras de carne bovina acebolada e legumes refogados (maxixe e abóbora)
<b>LANCHE DA TARDE: 15h 30</b>	Achocolatado e cuscuz de milho e ovo mexido com cebolinha	Cachorro quente de carne moída (pão, carne moída, tomate e alface) <b>+ suco de goiaba</b>	logurte de fruta com biscoito maizena	Macarrão ao sugo (macarrão, carne moída, tomate e cenoura ralada) <b>+ suco de cajá</b>	Farofa de sardinha (farinha branca, feijão verde, sardinha e cebolinha) <b>+ suco de caju</b>
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(kcal)</b>	<b>CHO(g)</b>	<b>PTN(g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1911,56 g</b>	<b>321 g</b>	<b>65 g</b>	<b>39 g</b>
		<b>100 %</b>	<b>67 %</b>	<b>15 %</b>	<b>18 %</b>

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT) Diana Messala P. S. Monteiro (QT) M<sup>a</sup> 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


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 **DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO, NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 14:55, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO, NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 15:42, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA, NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 16:12, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN, NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 19:42, 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 **9278183** e o código CRC **2D8C1EF2**.