



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA - CI Nº 273/2025 - SUPAE/SEDUC

São Luís, *data da assinatura eletrônica.*

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “D” – 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		Baião de Dois, isca de carne bovina, salada crua (acelga, pepino e tomate) + Suco de cajá	Cachorro quente (frango, cenoura ralada, coentro, milho e repolho) + Suco de goiaba	Macarronada Margarita (macarrão, carne moída, tomate, rúcula e manjericão) + Suco de maracujá	Arroz especial (arroz, frango em cubo, feijão, cheiro verde e vinagreira) e vinagrete (tomate, cebola e pimentão) + Banana
LANCHE VESPERTINO: 15h	Achocolatado com pão e ovos mexidos + mamão				
LANCHE NOTURNO: 19h					
Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	477,49	308,26	74,56	172,70	
	100%	65%	16%	36%	

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “D” – 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		Baião de Três (arroz, ovo e feijão), Salada crua (pepino, rúcula e manjericão) + Banana	Biscoito rosquinha + Suco de manga	Caldo de carne bovina e coentro + torrada	Arroz branco, isca de frango acebolada, feijão com legumes (abóbora e quiabo) + Suco de abacaxi com hortelã
LANCHE VESPERTINO: 15h	Café com leite, macaxeira cozida com manteiga + Melão				
LANCHE NOTURNO: 19h					
Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	477,67	347,32	63,86	73,31	
	100%	73%	13%	15%	

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE****CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “D” – 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 ^a FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Farofa tropical (Farinha branca, ovo, cebolinha e banana) + Suco de acerola	Arroz Colorido (arroz, frango em cubos, abobrinha, vinagreira, beterraba, fava) + Laranja	Salada de fruta (laranja, banana, mamão) *Sugestão: misturar leite ou suco de fruta na salada	Vitamina de maracujá com biscoito salgado	Macarrão na panelinha (macarrão, carne bovina desfiada, cenoura e repolho) + Suco de caju
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		477,25	330,39	57,34	97,12
		100%	69%	12%	20%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE****CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “D” – 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 ^a FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Vitamina de abacate + biscoito salgado	Galinhadada com salada crua (acelga e tomate) + Melancia	Caldo de ovos com cheiro verde + Pão	Farofa de frango desfiado, vagem, repolho e cebolinha + Suco de abacaxi	Arroz branco, Mexido de carne moída com cenoura ralada e repolho, Salada crua (acelga, tomate e limão) + Banana
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		477,54	294,86	66,70	113,32
		100%	62%	14%	24%

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

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 11/08/2025, às 09:22, 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 10:03, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA, NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 16:07, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO, NUTRICIONISTA**, em 18/08/2025, às 13:39, 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 **9160908** e o código CRC **5F1F71B3**.