



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA - CI Nº 319/2025 - 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: Bilíngue Integral - IEMA					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 06 a 10 anos					
PERÍODO: Integral					
AGOSTO A DEZEMBRO 2025					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Suco de caju com crepioca	Leite gelado com pão fácil	Creme de aveia com banana	Mamão e melão em fatias	Suco de maracujá com bolo de maçã com cenoura
ALMOÇO: 12h	Arroz branco, frango assado, feijão simples Salada crua: repolho e tomate	Arroz branco, ovos mexidos simples, feijão carioca com abóbora e vinagreira Salada crua: acelga, manjericão e beterraba ralada	Arroz com vinagreira, sobrecoxa de frango assado, feijão verde com cheiro verde e melancia	Arroz branco, frango cozido com maxixe e quiabo Salada crua: alface e pepino em palito	Arroz branco, peixe (filé) cozido finalizado com cheiro verde e banana Salada crua: acelga e tomate
LANCHE DA TARDE: 15h30	Macarronada de carne desfiada e cenoura ralada e Tangerina	Suco de cajá com farofa de cuscuz e frango desfiado	Arroz com carne moída, cenoura ralada e cebolinha	Bolinho de abóbora com carne moída enriquecido com aveia e laranja	Sopa de frango com legumes (batata inglesa, inhame e couve)
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1150,58	188,0 g	43,0 g	27,0 g
		101 %	65 %	15 %	21 %

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais					
MODALIDADE DE ENSINO: Bilíngue Integral - IEMA					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 06 a 10 anos					
PERÍODO: Integral					
AGOSTO A DEZEMBRO 2025					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Leite morno com pão massa fina	Abacate em tiras com leite em pó	Suco de manga e bolo simples sem açúcar	Mingau de tapioca	Melancia e abacaxi em pedaços

ALMOÇO: 12h	Arroz com açafrão, frango refogado em cubos com cebola e tomate Salada no vapor: abobrinha e beterraba ralada	Arroz branco, Torta de carne moída com repolho e cenoura ralado e coentro e feijão carioca simples	Arroz branco, Feijoada de carne bovina com legumes, couve refogada e laranja	Arroz branco, Mexido de ovo e frango desfiado com cebolinha, feijão carioca com João gomes e abóbora	Arroz branco, Carne bovina cozida com vinagreira e maxixe e macarrão com salsinha
NCHE DA TARDE: 15h30	Suco de cajá com cuscuz de arroz e ovos mexidos	Sopa de frango com macarrão e legumes (abóbora, beterraba e vinagreira)	Suco de acerola com biscoito de laranja	Macarrão com carne moída e tangerina	Risoto de frango com cebolinha
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1151,36	194,0 g	40,0	24,0 g
		100 %	65%	14%	21%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais					
MODALIDADE DE ENSINO: Bilíngue Integral - IEMA					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 06 a 10 anos					
PERÍODO: Integral					
AGOSTO A DEZEMBRO 2025					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Mingau de milho	Suco de acerola com cookie de banana	Banana cortada com leite em pó	Suco de abacaxi com cuscuz de milho e manteiga (apenas para untar a forma da cuscuzeira)	Leite morno com beiju
ALMOÇO: 12h	Arroz branco, bife de carne bovina refogada, feijão verde simples Salada crua: repolho e rúcula	Arroz com vagem, filé de sobrecoxa de frango, purê de batata inglesa Salada crua: acelga e tomate	Arroz branco, ovos enriquecidos (cheiro verde e tomate), macarrão simples com manjericão	Arroz branco, peixe no forno com legumes batata doce e abóbora, cuxá de vinagreira	Arroz branco, frango refogado com pimentão verde e cebola e melão Salada cozida: beterraba e berinjela
LANCHE DA TARDE: 15h30	Macarronada de frango com cheiro verde e cenoura ralada	Cuscuz de milho com ovos mexidos e laranja	Suco de goiaba com pão com carne moída	Arroz misturado com carne desfiada, coentro e vinagreira e melancia	Sopa de frango com legumes (batata inglesa, cenoura e chuchu)
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1151,12	197,0 g	40,0 g	24,0 g
		100 %	68 %	14 %	20 %

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

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais**MODALIDADE DE ENSINO: Bilíngue Integral - IEMA****ZONA: Urbana****FAIXA ETÁRIA: 06 a 10 anos****PERÍODO: Integral****AGOSTO A DEZEMBRO 2025**

4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Suco de caju com beiju	Melão e maçã cortado em palito	logurte caseiro	Leite com pão massa fina	Vitamina de banana com aveia (banana, aveia e açúcar)
ALMOÇO: 12h	Arroz branco, carne bovina trinchada, macarrão simples e Salada cozida: chuchu e beterraba	Arroz branco, frango refogada em tiras, purê de abóbora Salada crua: repolho e beterraba ralada	Arroz branco, torta mista (carne moída, repolho e cenoura), feijão preto simples e melancia	Arroz branco, filé de frango refogado, feijão carioca com cenoura e vinagreira e tangerina	Arroz branco, carne moída com chuchu e cenoura, macarrão simples Salada crua: alface e tomate
LANCHE DA TARDE: 15h30	Macarrão com frango trinchado e cebolinha	Suco de goiaba com bolo simples sem açúcar	Farofa de cuscuz de milho com ovo, cebolinha e tomate e laranja	Suco de manga com pão massa fina e carne bovina moída	Caldo enriquecido com macaxeira e frango desfiado
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1151,63	201,0 g	41,0 g	25,0 g
		103 %	70 %	14 %	19 %

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

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 15:03, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO**, **NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 15:46, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA**, **NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 16:15, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**, **NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 19:59, 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 **9295829** e o código CRC **25A03105**.

