



ESTADO DO MARANHÃO  
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA - CI Nº 322/2025 - SUPAE/SEDUC

São Luís, data da assinatura eletrônica.

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO IV MODIFICADO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
AGOSTO A DEZEMBRO 2025					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Vitamina nutritiva (banana, aveia, leite) com biscoito salgado	Achocolatado, Biscoito salgado	Mingau vitaminado (leite, aveia, açúcar) + banana	logurte de frutas, com biscoito rosquinha	Suco de manga com bolo de trigo
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz de galinha, feijão com abóbora, farofa com cebola, salada cozida (repolho, beterraba) + laranja	Arroz branco, carne do sertão (carne bovina desfiada e cebolinha), feijão com maxixe e quiabo, salada crua (repolho, acelga, tomate) + suco de caju	Arroz baião de dois (arroz, feijão), carne suína assada, farofa, salada cozida (beterraba, chuchu, acelga picadinha	Arroz branco, Isca colorida (frango, milho, pimentão), feijão com espinafre e abóbora, farofa com cenoura e couve, salada crua (alface, tomate, cheiro-verde)	Arroz branco, feijoada de carne bovina com legumes (batata, cenoura), farofa, couve refogada, laranja
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Farofa de sardinha com cebolinha	Cuscuz nutritivo (flocão de milho, ovo, cebolinha)	<b>Mix delícia</b> (banana, mamão, melão, aveia)	Suco de maracujá + biscoito rosquinha	Macaxeira cozida com ovos mexidos
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		1902,37	299g	76g	58g
		100%	61%	14%	25%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO IV MODIFICADO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
AGOSTO A DEZEMBRO 2025					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA

<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Achocolatado quente com pão e ovos mexidos	<b>Suco de goiaba</b> com bolo de chocolate	Café com leite e batata doce cozida	<b>Abacatada</b> (leite, abacate, aveia) + biscoito cream cracker	logurte de fruta + <b>mamão</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, cozido com legumes (carne bovina, batata inglesa, abóbora, quiabo, maxixe), farofa, feijão + <b>suco de abacaxi</b>	Arroz colorido (arroz, macarrão), frango baiano, feijão com João Gomes, farofa com cebola, salada cozida (chuchu, beterraba, acelga picadinha)	Arroz branco, peixe cozido com ovos e batata inglesa, pirão, salada de feijão-verde, cebolinha, cebola, tomate) + <b>tangerina</b>	Arroz sertanejo (arroz, carne em cubos), stroganoff, delícia, macarrão, feijão com couve, salada crua (tomate, cenoura)	Arroz branco, feijoada de carne bovina com legumes (batata, cenoura), farofa, couve refogada, laranja
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Mingau junino (tapioca, leite, coco, açúcar)	Suco de caju com pão e manteiga	Farofa de frango (farinha branca, frango em cubos, cebolinha)	Sopa delícia (carne bovina moída, macarrão, batata inglesa, abóbora, João Gomes)	Macarronada (macarrão, carne moída, cheiro-verde)
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1902,25</b>	<b>276g</b>	<b>76g</b>	<b>55g</b>
		<b>100%</b>	<b>58%</b>	<b>16%</b>	<b>26%</b>

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
<b>CARDÁPIO IV MODIFICADO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio</b>					
<b>MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral</b>					
<b>ZONA: Urbana/Rural</b>					
<b>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos</b>					
<b>PERÍODO: Integral</b>					
AGOSTO A DEZEMBRO 2025					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Suco de goiaba com cuscuz de milho e ovos mexidos	<b>Vitamina de banana, mamão e aveia</b> com biscoito salgado	<b>Suco de bacuri</b> com manê	Suco de acerola e pão com manteiga + <b>melão</b>	Mingau de fubá de milho com coco
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, carne bovina frita, acebolada, macarrão, feijão com abóbora, salada crua (beterraba, alface, vagem refogada) + <b>suco de acerola</b>	Arroz com feijão, frango trinchado com manjeriço, feijão com couve, farofa, salada crua (acelga, pepino, tomate, cenoura, limão) + <b>laranja</b>	Galinhada (frango, couve, manjeriço), fígado trinchado, acebolado, creme de milho, farofa, salada crua (beterraba e cenoura ralada com cebolinha)	Arroz branco, carne suína frita com molho de tomate e cebola, purê de macaxeira, feijão-verde com maxixe e quiabo, farofa, salada crua (acelga, tomate) + <b>maçã</b>	Arroz branco, feijoada de carne bovina com legumes (batata, cenoura), farofa, couve refogada, laranja
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	<b>Suco de manga</b> com biscoito doce	Macarronada (macarrão, carne moída, cheiro-verde)	Farofa rica (farinha branca, ovo, feijão-verde, cheiro-verde)	Caldo caipira (frango desfiado, macaxeira, cebolinha)	Macaxeira cozida com ovos mexidos
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1902,52</b>	<b>284g</b>	<b>90g</b>	<b>60g</b>
		<b>100%</b>	<b>58%</b>	<b>15%</b>	<b>27%</b>

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

**CARDÁPIO IV MODIFICADO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio**  
**MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral**  
**ZONA: Urbana/Rural**  
**FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos**  
**PERÍODO: Integral**

**AGOSTO A DEZEMBRO 2025**

4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Mingau de milho com coco + <b>melancia</b>	Achocolatado quente e cuscuz de arroz com ovos mexidos	<b>Vitamina de goiaba</b> com torrada	Café com leite e cuscuz de milho com manteiga	logurte de fruta + <b>tangerina</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, strogonoff de carne bovina, macarrão, feijão preto com maxixe e quiabo, farofa, salada crua (rúcula, cenoura ralada)	Arroz corado (arroz, a ç a f r ã o ) , frango refogado com pimentão verde, feijão com abóbora, farofa, salada refogada (repolho, beterraba) + <b>suco de maracujá</b>	Arroz verde, peixe delícia, purê misto (abóbora, batata inglesa), macarrão, farinha amarela, salada vinagrete (tomate, cebola, cheiro-verde) + <b>abacaxi</b>	Arroz branco, picadinho com legumes (carne bovina em cubos, maxixe, quiabo, vinagreira, abóbora), farofa, salada crua (repolho e cheiro-verde)	Arroz branco, feijoada de carne bovina com legumes (batata, cenoura), farofa, couve refogada, laranja
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Suco de cajá com pão recheio de molho de frango desfiado com cenoura	Suco de caju, biscoito rosquinha + <b>banana</b>	<b>Suco de goiaba</b> com pão com ovos	<b>Salada de frutas</b> (mamão, laranja, banana)	Caldo da vovó (farinha, branca, ovos, cheiro-verde)
<b>Composição Nutricional</b> <b>(Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1902,64</b>	<b>280g</b>	<b>71g</b>	<b>63g</b>
		<b>100%</b>	<b>55%</b>	<b>15%</b>	<b>30%</b>

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 **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA**, **NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 16:02, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO**, **NUTRICIONISTA**, em 14/08/2025, às 16:18, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**,  
**NUTRICIONISTA**, em 15/08/2025, às 08:29, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO**,  
**NUTRICIONISTA**, em 15/08/2025, às 08:33, 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 **9303788** e o código CRC **60AC31FB**.