

**CARDÁPIO I  
ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO – AEE  
INSTITUTO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA  
INTEGRAL COM PARCIAL  
ENSINO MÉDIO (16 A 18 ANOS)  
DE FEVEREIRO A JUNHO DE 2026**

## ATENÇÃO

1. Os **horários de realização das refeições descritos** nos cardápios são apenas uma previsão, a escola escolhe o melhor horário para ofertá-las aos alunos;
2. A **FRUTA** e a **POLPA DE FRUTA** poderão ser escolhidas de acordo com a sazonalidade da região;
3. **Alunos que apresentarem alguma patologia** (Alergia à Proteína do Leite de Vaca, Diabetes, Dislipidemias, Doença Celíaca, Intolerância a Lactose, Hipertensão Arterial e Fenilcetonúria), deverão apresentar laudo médico à gestão da escola, que por sua vez servirá a estes alunos o cardápio específico considerando a patologia;
4. **Toda e qualquer alteração feita nos cardápios é de responsabilidade do Setor de Nutrição.**

<b>SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO MARANHÃO</b> <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio - INSTITUTO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA</b> <b>MODALIDADE ENSINO: ATENTIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE</b> <b>ZONA: Urbana/Rural</b> <b>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos</b> <b>PERÍODO: Integral com parcial</b>					
<b>FEVEREIRO A JUNHO DE 2026</b>					
<b>1º SEMANA</b>	<b>2º FEIRA</b>	<b>3º FEIRA</b>	<b>4º FEIRA</b>	<b>5ºFEIRA</b>	<b>6ºFEIRA</b>
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Mingau de tapioca com coco ralada + <b>Banana</b>	Suco de cajá e Pão cheio (pão, carne moída, cenoura, alface)	Caldo de abóbora com frango desfiado	Farofa simples de ovos (farinha branca, tomate, cebola, coentro e ovos mexidos) e <b>melão</b>	Macarrão com molho de tomate, carne bovina moída, abobrinha ralada e manjericão
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, carne bovina moída com quiabo e maxixe, farofa simples	Arroz com cenoura, frango refogado simples e macarrão simples e salada crua (repolho e pepino)	Arroz branco, mexido de ovos rico (ovos, tomate e cenoura ralada), feijão carioca com couve	Arroz branco, peixe frito, bobó de vinagreira, vinagrete (tomate, cebola e cheiro verde)	Arroz branco, feijão com abóbora, <b>carne suína assada*</b> , e salada crua (alface, rúcula e tomate) e suco de goiaba  *Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou peixe
<b>ANCHE DA TARDE: 15h 30</b>	Sopa de frango, feijão e legumes (macaxeira, cenoura e João Gomes)	Baião de 3 (arroz, feijão verde, carne bovina em cubos) e laranja	Arroz Maravilha (arroz, frango em cubos, maxixe e vinagreira)	Suco de caju e Pão massa fina com ovos mexidos e cebolinha	Mingau de aveia e <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>SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO MARANHÃO</b> <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO:</b> Ensino Médio - INSTITUTO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA <b>MODALIDADE ENSINO:</b> ATENTIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE <b>ZONA:</b> Urbana/Rural <b>FAIXA ETÁRIA:</b> 16 a 18 anos <b>PERÍODO:</b> Integral com parcial					
<b>FEVEREIRO A JUNHO DE 2026</b>					
<b>2º SEMANA</b>	<b>2º FEIRA</b>	<b>3º FEIRA</b>	<b>4ºFEIRA</b>	<b>5ºFEIRA</b>	<b>6ºFEIRA</b>
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Chocolate quente com pão massa grossa e manteiga	Farofa de feijão (farinha branca, ovos mexidos, feijão verde, cheiro verde) e laranja	Macarronada de frango desfiado e salsinha e melancia	Suco de tamarindo e Cuscuz de milho com mexido de ovos e coentro e	Caldo de carne bovina com macaxeira
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, Cozidão de carne bovina e legumes (batata doce, chuchu e vinagreira) e pirão	Arroz branco, frango assado, feijão com abóbora e salada crua (acelga e rúcula)	Arroz branco, carne bovina em cubos refogada com cebola, pore de batata inglesa e salada crua ( repolho e pepino)	Galinha com cheiro verde, salada refogada (beterraba e chuchu)	Arroz de vinagreira, peixe cozido com batata inglesa e farofa
<b>LANCHE DA TARDE: 15h 30</b>	<b>Mix de fruta</b> (mamão, laranja e banana) com aveia  *As frutas serão cortadas e a aveia ser colocada por cima	Macarrão ao sugo (macarrão, carne bovina moída, tomate e cenoura ralada)	Caldo de ovos (farinha, branca, ovos e cheiro verde)	Farofa de panelinha (farinha branca, carne bovina picada, tomate, pimentão e cebola) + <b>Tangerina</b>	Suco de caju e pão cheio (pão massa fina e frango desfiado, beterraba ralada e alface)
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN(g)</b>	<b>LPD(g)</b>

<b>SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO MARANHÃO</b> <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio - INSTITUTO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA</b> <b>MODALIDADE ENSINO: ATENTIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE</b> <b>ZONA: Urbana/Rural</b> <b>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos</b> <b>PERÍODO: Integral com parcial</b>					
<b>FEVEREIRO A JUNHO DE 2026</b>					
<b>3º SEMANA</b>	<b>2º FEIRA</b>	<b>3º FEIRA</b>	<b>4ºFEIRA</b>	<b>5ºFEIRA</b>	<b>6ºFEIRA</b>
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Café com leite, cuscuz de milho, manteiga, ovos mexidos e maçã	Cuscuz maranhense (cuscuz cozido, cebolinha, tomate e carne bovina desfiada) + <b>Tangerina</b>	Suco de cajá Beiju e recheado de frango desfiado	Farofa de panelinha (farinha amarela, cebola em tiras e pimentão verde) e <b>melão em fatia</b>	Caldo forte (ovo, inhame, couve e cheiro verde)
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, frango cozido simples, macarrão com cebolinha	Arroz primavera (arroz, cenoura em cubos, cheiro verde, pimentão verde) Bife de carne bovina e feijão verde simples	Arroz branco, peixe escabeche, salada de alface refrescante ( alface, hortelã, pepino)	Arroz branco, carne suína refogada com vinagreira e batata inglesa, farofa simples  *Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou peixe	Arroz branco, feijoada de carne bovina com legumes (), couve e laranja
<b>LANCHE DA TARDE: 15h 30</b>	Macarronada mista (macarrão, carne bovina moída e ovos cozido)	Caldo de macaxeira com frango desfiado e coentro	Farofa de legumes com carne em cubos (beterraba ralada, feijão verde e cheiro verde) e <b>laranja</b>	Suco de goiaba e torta salgada de carne bovina desfiada	Arroz Maria Izabel + <b>melancia</b>
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN(g)</b>	<b>LPD(g)</b>

<b>SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO MARANHÃO</b> <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO:</b> Ensino Médio - INSTITUTO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA <b>MODALIDADE ENSINO:</b> ATENTIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE <b>ZONA:</b> Urbana/Rural <b>FAIXA ETÁRIA:</b> 16 a 18 anos <b>PERÍODO:</b> Integral com parcial					
<b>FEVEREIRO A JUNHO DE 2026</b>					
<b>4º SEMANA</b>	<b>2º FEIRA</b>	<b>3º FEIRA</b>	<b>4ºFEIRA</b>	<b>5ºFEIRA</b>	<b>6ºFEIRA</b>
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Suco de caju com pão e ovos mexidos e cenoura ralada	Suco de caju e torta de liquidificador de frango desfiado com cenoura em cubos e cebolinha	Farofa com carne bovina, vagem e cebolinha e <b>melancia</b>	Caldo de carne bovina em cubos e feijão	Mingau de aveia + <b>banana</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, carne bovina refogada, macarrão simples e salada crua (repolho e tomate)	Arroz branco, filé de frango acebolado e feijão carioca com abóbora e vinagreira	Arroz branco, carne suína regogada em tiras com abóbora e couve e salada crua (repolho e pimentão verde)  *Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou peixe	Arroz branco, frango cozido com batata inglesa e cenoura e farofa simples	Arroz branco, peixe frito, feijão carioca simples e vinagrete (cebola, tomate, cheiro verde e limão)
<b>LANCHE DA TARDE: 15h 30</b>	Mingau de tapioca + <b>banana</b>	Suco de tamarindo com pão recheado de carne bovina moída e cheiro verde	Sopa de frango com macarrão e legumes (abobrinha, batata inglesa e cenoura)	Arroz guisado de carne bovina em cubos (arroz, abóbora, cheiro verde e vinagreira) e <b>tangerina</b>	Macarronada de frango em tiras e molho natural de legumes (tomate e cenoura)
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN(g)</b>	<b>LPD(g)</b>