



**ESTADO DO MARANHÃO**  
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO  
SUPERINTENDÊNCIA DE SUPRIMENTOS  
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - SUPAE/SEDUC

Processo nº: 2026.110220.07691

Assunto: CARDÁPIOS PARA O 1º SEMESTRE DE 2026.

<b>SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO</b>					
<b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Modificado - Séries Iniciais</b>					
<b>MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral</b>					
<b>ZONA: Urbana</b>					
<b>FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos</b>					
<b>PERÍODO: Integral</b>					
<b>FEVEREIRO A JUNHO 2026</b>					
<b>1ª SEMANA</b>	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Leite morno com cuscuz de milho	Mingau de aveia <b>+ maçã</b>	Vitamina mista (maçã e mamão)	Banana em cubos com leite em pó	Suco de uva com bolo simples
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Galinhada com cenoura (arroz bem cozido, cenoura e frango), salada crua (alface e tomate) Com suco de caju	Arroz branco bem cozido, isca de carne bovina com legumes (carne bovina em tiras, chuchu e batata inglesa), feijão e macarrão e salada crua (rúcula e cheiro verde) <b>+ melancia</b>	Baião de 3 (Arroz bem cozido, carne bovina e feijão verde), salada crua de (acelga e cebolinha) com suco de acerola	Arroz com vinagreira bem cozido, peixe de forno, purê de batata inglesa e vinagrete (tomate picado e cheiro verde) <b>+ abacaxi</b>	Arroz com cenoura bem cozido, frango assado, feijão com legumes (maxixe e quiabo) e salada crua (alface, pepino e cheiro verde) <b>+ laranja</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Suco de acerola fortificado (polpa de acerola e leite em pó integral) com beiju	Salada de fruta (banana, mamão e laranja)	Cachorro quente (pão massa fina, carne moída, tomate e alface) com suco de cajá	Suco de goiaba com pão massa fina	Caldo saboroso (carne moída, batata inglesa e couve) com torrada
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>709,34 Kcal</b>	<b>112 g</b>	<b>27 g</b>	<b>17 g</b>
		<b>100 %</b>	<b>63 %</b>	<b>15 %</b>	<b>22 %</b>

**OBS:**

- Todos os alimentos deverão ser bem cozidos;
- Atenção às verduras que deverão ser em forma de palito; O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso;
- As frutas deverão ser servidas de acordo com seu estado de maturação (madura);

**PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**

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

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Modificado - Séries Iniciais					
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2026					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Vitamina de banana, aveia e leite	Suco de caju e batata doce com ovos mexidos e cebolinha	Abacate em cubos com leite em pó	Leite gelada com cookie de banana	Suco de manga com crepioca saudável
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz com vagem bem cozido, Frango cozido com batata inglesa e cenoura, macarrão e salada crua (alface e pepino)	Arroz com abóbora bem cozido, bife bovino acebolado, feijão e salada refogada de repolho e beterraba <b>+ tangerina</b>	Baião de bois (arroz bem cozido e feijão verde), isca de frango ao molho e salada crua (pepino, tomate e cebolinha) + suco de cajá	Arroz branco bem cozido, picadinho de carne, macarrão e salada de crua (alface, pepino e tomate)	Arroz branco, feijoada de carne bovina, farofa e couve refogada <b>+ laranja</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Farofa de flocão (flocão de milho, ovo, tomate e cebolinha) + suco de manga	Suco de uva com torta salgada (frango desfiado, cenoura e repolho)	Macarronada ao molho de tomate (macarrão, tomate, carne moída e cheiro verde)	Suco de goiaba com mistinho saudável (pão massa fina, carne desfiada e cenoura ralada)	Caldo de frango <b>+ melão</b>
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>713,90 Kcal</b>	<b>101 g</b>	<b>31 g</b>	<b>20 g</b>
		100 %	<b>56 %</b>	<b>18 %</b>	<b>26 %</b>

**OBS:**

- Todos os alimentos deverão ser bem cozidos;
- Atenção às verduras que deverão ser em forma de palito;
- O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso;
- As frutas deverão ser servidas de acordo com seu estado de maturação (madura);

**PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Modificado - Séries Iniciais					
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral					
ZONA: Urbana					
FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2026					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Suco de acerola com cuscuz de milho com ovo	Salada de fruta (maçã, laranja e banana)	Caldo de carne com macaxeira	Suco de manga + pão fácil	iogurte de fruta + melão cortado em cubos

<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco bem cozido, feijão com abóbora, torta de carne moída com repolho, salada crua (Tomate e cheiro verde) <b>+ mamão</b>	Arroz com macarrão bem cozido, filé de frango cozido, salada crua (acelga, rúcula, alface e tomate) + suco de manga	Arroz com João Gomes bem cozido, purê de abóbora, carne bovina de panela desfiada <b>+ melancia.</b>	Risoto de frango com cenoura (arroz bem cozido, frango e cenoura), purê de batata inglesa e salada crua (acelga, pepino e hortelã) + suco de caju	Arroz branco bem cozido, ovos temperados, feijão com abóbora e vinagreira e salada refogada de cenoura, repolho e cebolinha. <b>+ Tangerina</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Canja de galinha	Suco de goiaba e cuscuz de arroz com ovos mexidos e cebolinha	Macaxeira cozida, carne moída e suco de acerola	Mingau de aveia + <b>banana</b>	Suco de caju com bolo de maçã e cenoura
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>710,85 Kcal</b>	<b>110 g</b>	<b>30 g</b>	<b>20 g</b>
		<b>104 %</b>	<b>62 %</b>	<b>17 %</b>	<b>25 %</b>

**OBS:**

- Todos os alimentos deverão ser bem cozidos;
- Atenção às verduras que deverão ser em forma de palito;
- O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso;
- As frutas deverão ser servidas de acordo com seu estado de maturação (madura);

**PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**

<b>SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO</b>					
<b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Modificado - Séries Iniciais</b>					
<b>MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral</b>					
<b>ZONA: Urbana</b>					
<b>FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos</b>					
<b>PERÍODO: Integral</b>					
<b>FEVEREIRO A JUNHO 2026</b>					
<b>4ª SEMANA</b>	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Suco vitaminado (acerola com mamão) com macaxeira cozida	Mingau tapioca + <b>maçã</b>	Suco de caju e cuscuz de milho com manteiga	Mix de fruta com aveia (banana e mamão)	Farofa rica (farinha branca, ovo, couve e cenoura) <b>+ banana</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz cremoso (Arroz bem cozido, frango em cubos, feijão e abóbora) e salada refogada (chuchu, abobrinha e coentro) <b>+ melão</b>	Arroz primavera (arroz bem cozido, cenoura, pimentão e cheiro verde), carne cozida com macaxeira, feijão e salada crua (alface, pepino e tomate) + suco de manga	Arroz branco bem cozido, peixe cozido (filé peixe e batata inglesa) e pirão <b>+ melancia</b>	Arroz com couve bem cozido, ovos mexido com cebolinha, feijão especial (feijão, quiabo, abóbora e maxixe) e farofa	Arroz com macarrão bem cozido, frango assado ao molho, Purê de macaxeira, Salada refoga de (cenoura, chuchu) + suco de acerola

<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Suco de goiaba com bolo simples sem açúcar	Creme de macaxeira com carne bovina desfiada	Sopa nutritiva (Macarrão, carne bovina em cubos, abóbora, inhame, João gomes e vagem)	Suco de uva com pão massa fina	Crepioca recheada com carne moída + <b>tangerina</b>
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>711,64 Kcal</b>	<b>119 g</b>	<b>24 g</b>	<b>16 g</b>
		<b>102 %</b>	<b>65 %</b>	<b>14 %</b>	<b>23 %</b>

**OBS:**

- Todos os alimentos deverão ser bem cozidos;
- Atenção às verduras que deverão ser em forma de palito;
- O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso;
- As frutas deverão ser servidas de acordo com seu estado de maturação (madura);

**PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**

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) Nathália Isabella Pavão Pinto Lima (QT)  
 CRN11:4557 CRN11:3555  
 CRN11: 8034 CRN11:4418 CRN11: 6451

**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 **MOISANE DE JESUS AMORIM PINHEIRO, NUTRICIONISTA**, em 26/02/2026, às 12:03, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO, NUTRICIONISTA**, em 26/02/2026, às 12:31, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN, NUTRICIONISTA**, em 26/02/2026, às 18:40, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA, NUTRICIONISTA**, em 27/02/2026, às 10:36, 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 **013110642** e o código CRC **6901AE18**.