



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.

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					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Leite morno com cuscuz de milho	Suco de acerola com cookie de banana	Vitamina mista (maçã e mamão)	Banana em cubos com leite em pó	Suco de uva com bolo simples
ALMOÇO: 12h	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) + melancia	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) + abacaxi	Arroz com cenoura bem cozido, frango assado, feijão com legumes (maxixe e quiabo) e salada crua (alface, pepino e cheiro verde) + laranja
LANCHE DA TARDE: 15h30	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
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		709,34 Kcal	112 g	27 g	17 g
		100 %	63 %	15 %	22 %

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
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Vitamina de banana, aveia e leite	Suco de caju e pão massa fina com ovos mexidos e cebolinha	Abacate em cubos com leite em pó	Leite gelada com cookie de banana	Suco de manga com crepioca saudável
ALMOÇO: 12h	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 + tangerina	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 + laranja
LANCHE DA TARDE: 15h30	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 + melão
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		713,90 Kcal	101 g	31 g	20 g
		100 %	56 %	18 %	26 %

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
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	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	logurte de fruta + melão cortado em cubos

ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, feijão com abóbora, torta de carne moída com repolho, salada crua (Tomate e cheiro verde) + mamão	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 + melancia.	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. + Tangerina
LANCHE DA TARDE: 15h30	Canja de galinha	Suco de goiaba e cuscuz de arroz com ovos mexidos e cebolinha	Cuscuz de milho, carne moída e suco de acerola	Vitamina de mamão e banana	Suco de caju com bolo de maçã e cenoura
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		710,85 Kcal	110 g	30 g	20 g
		104 %	62 %	17 %	25 %

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					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Suco vitaminado (acerola com mamão)	Melancia em cubos	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) + banana
ALMOÇO: 12h	Arroz cremoso (Arroz bem cozido, frango em cubos, feijão e abóbora) e salada refogada (chuchu, abobrinha e coentro) + melão	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 + melancia	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

LANCHE DA TARDE: 15h30	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 + tangerina
Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	711,64 Kcal	119 g	24 g	16 g	
	102 %	65 %	14 %	23 %	

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)

Mª 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 12:04, 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 10:38, 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 **013111837** e o código CRC **70D96DB9**.