



**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 II - 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>					
<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>	Cuscuz de arroz com manteiga, achocolatado.	Bolo de chocolate, suco de caju.	Mingau de milho com coco.	Café com leite e torrada.	Biscoito rosquinha de canela e banana, suco de goiaba.
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, feijoada, couve refogada, farofa com cebola, Tangerina.	Arroz com cenoura, bisteca de carne bovina frita com cebola, purê de macaxeira, feijão carioca, salada cozida (beterraba e chuchu).	Arroz branco, estrogonofe de frango, farofa, salada crua (acelga e tomate), Banana.	Arroz de abóbora, carne cozida com maxixe, quiabo e vinagreira, feijão fradinho, pirão, Melão.	Arroz branco, lombinho de panela com batata, macarrão ao alho e óleo, feijão carioca, salada refogada (repolho e cenoura), Melancia.
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Pão massa fina com manteiga, suco de cupuaçu.	logurte de fruta, biscoito maisena.	Sopa de carne bovina, feijão e legumes.	Vitamina de abacate, biscoito cream cracker.	Farofa de carne bovina e suco de acerola.
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>CHO (g)</b>
		<b>1902,38</b>	<b>261,36</b>	<b>475,87</b>	<b>1182,60</b>
		<b>100%</b>	<b>14%</b>	<b>25%</b>	<b>62%</b>

<b>SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO</b>					
<b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO II - 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>					
<b>FEVEREIRO A JUNHO 2026</b>					
<b>2ª 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>	Pão massa fina com ovos mexidos com manteiga, suco de acerola.	Vitamina de cajá e biscoito cream cracker.	Caldo de carne moída, macaxeira cozida.	Farofa de ovos, suco de manga.	Cuscuz de milho com manteiga e café com leite.
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz baião de dois, torta de carne moída (cenoura e batata inglesa), feijão fradinho, farofa, salada crua (acelga, pepino, repolho roxo).	Arroz branco, frango cozido, macarrão, feijão carioca, salada refogada (repolho e cenoura), Melancia.	Arroz Maria Isabel, bife de carne bovina, purê de batata, feijão preto, salada cozida (chuchu e cenoura), Tangerina.	Arroz branco, peixe cozido com batata e cenoura, feijão mulata gorda, salada crua (alface, tomate e pepino), Melão.	Arroz com macarrão, coxa de frango assada, feijão com couve, farofa, salada crua (alface e cenoura), suco de cajá.
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Frutas (banana e mamão).	Bolo de tapioca e café com leite.	Pão massa grossa com manteiga, suco de goiaba.	Mexido de frango com cenoura e repolho.	Mingau de aveia.
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>CHO (g)</b>
		<b>1902,61</b>	<b>302,40</b>	<b>451,87</b>	<b>1159,61</b>
		<b>100%</b>	<b>16%</b>	<b>24%</b>	<b>61%</b>

<b>SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO</b>					
<b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO II - 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>					
<b>FEVEREIRO A JUNHO 2026</b>					
<b>3ª 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>	Café com leite e pão massa grossa com manteiga.	Mingau de tapioca com coco.	logurte de fruta e banana.	Biscoito cream cracker, achocolatado.	Caldo de ovos com cheiro verde e torrada.
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz com açafrão, tiras de carne bovina acebolada, feijão mulata gorda, salada crua (acelga, pepino e tomate).	Arroz com couve, bisteca suína com tomate, cebola e pimentão, macarrão, feijão preto, salada cozida (chuchu, cenoura e beterraba), Laranja.	Arroz branco, refogado de carne moída com repolho e cenoura, feijão fradinho, farofa de ovos, salada cozida (batata e beterraba).	Arroz branco, frango cozido com macaxeira, cenoura e couve, feijão mulata gorda, salada crua (alface e tomate), Melancia.	Arroz branco, carne bovina trinchada, feijão preto, purê de batata, salada refogada (repolho e cenoura), Tangerina.
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Mexido de carne moída (ovo, cebolinha) e suco de caju.	Vitamina de banana e mamão, biscoito rosquinha de leite.	Macarronada com carne moída e ovo.	Arroz brasileiro e suco de goiaba.	Farofa de cuscuz de milho com frango desfiado e suco de acerola.
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>CHO (g)</b>

	<b>1902,35</b>	<b>295,08</b>	<b>431,11</b>	<b>1176,37</b>
	<b>100%</b>	<b>16%</b>	<b>23%</b>	<b>62%</b>

<b>SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO</b>					
<b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO II - 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>					
<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 de acerola e pão massa fina com manteiga.	Café com leite, torrada.	Cuscuz de arroz com coco ralado e achocolatado.	Vitamina de manga, pão massa grossa com ovos mexidos com manteiga.	Caldo de frango com macaxeira.
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, almôndegas ao molho, purê de batata, feijão fradinho, salada crua (alface e tomate), Melancia.	Arroz com macarrão, fígado bovino acebolado, feijão carioca, farofa, salada refogada (cenoura e repolho).	Arroz branco, coxa de frango cozida com batata e cenoura, macarrão, feijão mulata gorda, salada crua (cenoura e beterraba).	Arroz com vinagreira, peixe frito, feijão preto, pirão, salada crua (acelga, pepino e tomate), Laranja.	Arroz branco, cozidão, farofa com cebola, couve refogada, Banana.
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Farofa de cuscuz de milho (ovo, couve e cenoura).	Salada de frutas (banana, maçã e mamão)	Arroz baião de três (arroz, feijão, ovo de galinha), suco de abacaxi.	Suco de maracujá e biscoito cream cracker.	Macarronada com carne moída.
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>CHO (g)</b>	
	<b>1902,59</b>	<b>287,74</b>	<b>422,03</b>	<b>1189,47</b>	
	<b>100%</b>	<b>15%</b>	<b>22%</b>	<b>63%</b>	

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

Mª do Socorro M. Jansen (QT)

Nathália Isabella

Lima (QT) Suzana Borba F. da Silva (QT)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11: 8034

CRN11: 2164

CRN11:4418

**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 10:30, 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 12:30, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.

---



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**,  
**NUTRICIONISTA**, em 26/02/2026, às 18:38, conforme art. 4º da Lei Federal nº 14.063.

---



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA**,  
**NUTRICIONISTA**, em 27/02/2026, às 10:35, 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 **013106250** e o código CRC **56B2CD62**.

---