



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 II - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: IEMA Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2026					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	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.
ALMOÇO: 12h	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.
LANCHE DA TARDE: 15h30	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.
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LPD (g)	CHO (g)
		1902,38	261,36	475,87	1182,60
		100%	14%	25%	62%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO II - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: IEMA Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2026					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA

LANCHE DA MANHÃ: 9h30	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.
ALMOÇO: 12h	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.
LANCHE DA TARDE: 15h30	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.
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LPD (g)	CHO (g)
		1902,61	302,40	451,87	1159,61
		100%	16%	24%	61%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO II - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: IEMA Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2026					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	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.
ALMOÇO: 12h	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.
LANCHE DA TARDE: 15h30	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.
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LPD (g)	CHO (g)

	1902,35	295,08	431,11	1176,37
	100%	16%	23%	62%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO II - ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: IEMA Ensino Médio Integral					
ZONA: Urbana/Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2026					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	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.
ALMOÇO: 12h	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.
LANCHE DA TARDE: 15h30	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.
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LPD (g)	CHO (g)
		1902,59	287,74	422,03	1189,47
		100%	15%	22%	63%

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 12:05, 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 18:43, 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 **013114662** e o código CRC **D2B563CB**.
