ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
SUPERINTÊNCIA DE SUPRIMENTOS
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

# CARDÁPIO II
# INSTITUTO DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO – IEMA
# ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE
# ENSINO MÉDIO INTEGRAL (16 A 18 ANOS)
# FEVEREIRO A JUNHO DE 2027


**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT) CRN11:4557
Diana Messala P. S. Monteiro (QT) CRN11:3555
Mª do Socorro M. Jansen (QT) CRN11: 8034
Suzana Borba F. da Silva (QT) CRN11:4418
Josimeire de J.M.F Araujo CRN11: 4517

## 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**.

**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT) CRN11:4557
Diana Messala P. S. Monteiro (QT) CRN11:3555
Mª do Socorro M. Jansen (QT) CRN11: 8034
Suzana Borba F. da Silva (QT) CRN11:4418
Josimeire de J.M.F Araujo CRN11: 4517

ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
SUPERINTÊNCIA DE SUPRIMENTOS
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO<br>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE** | | | | | |
| **CARDÁPIO II – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio - Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão – IEMA<br>MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral – Atendimento Educacional Especializado - AEE<br>ZONA: Urbana/Rural<br>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos<br>PERÍODO: Integral** | | | | | |
| **FEVEREIRO A JUNHO 2027** | | | | | |
| **1ª SEMANA** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ªFEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ: 9h30** | Iogurte com **maçã** | Pão rico (massa grossa de frango desfiado e cenoura ralada) e suco de caju | Banana em cubos com leite em pó e aveia | Café com leite e Crepioca (fécula de tapioca com ovo) | **Salada de frutas** (banana, melão, mamão |
| **ALMOÇO: 12h** | Arroz branco, frango assado, purê de batata inglesa e legumes cozidos (abobrinha e cenoura) | Arroz baião de 2 (arroz, feijão carioca e cheiro verde), carne bovina em cubos refogada, farofa simples e salada crua (alface, pepino e tomate) **e laranja** | Arroz branco, filé de peixe assado, purê de abobora, salada refogada (repolho, rúcula e cebola) | Arroz de cenoura, strogonoff de frango, salada crua (acelga, salsinha e tomate) | Arroz branco, feijoada (feijão preto, carne bovina em cubos, abobrinha e beterraba) e couve refogada **e tangerina** |
| **LANCHE DA TARDE: 15h30** | Suco de acerola com pão massa fina e manteiga | Cuscuz de arroz com leite quente | Bolo de chocolate (cacau em pó) e suco de goiaba | Pizza fácil de liquidificador com molho de tomate, frango e manjericão | Farofa de carne bovina desfiada com suco de manga |
| **Composição Nutricional (Média Semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **PLD (g)** |
| | | | | | |
| | | | | | |


**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT) CRN11:4557
Diana Messala P. S. Monteiro (QT) CRN11:3555
Mª do Socorro M. Jansen (QT) CRN11: 8034
Suzana Borba F. da Silva (QT) CRN11:4418
Josimeire de J.M.F Araujo CRN11: 4517

ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
SUPERINTÊNCIA DE SUPRIMENTOS
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO<br>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| CARDÁPIO II – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio - Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão – IEMA<br>MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral – Atendimento Educacional Especializado - AEE<br>ZONA: Urbana/Rural<br>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos<br>PERÍODO: Integral | | | | | |
| FEVEREIRO A JUNHO 2027 | | | | | |
| **2ª SEMANA** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ªFEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ: 9h30** | Mingau de aveia com cacau em pó | **Abacate e abacaxi** em cubos | Cuscuz de milho com ovo e **melancia em cubos** | Macaxeira cozida com café e leite | Suco de caju e pão (massa fina) com ovos mexidos |
| **ALMOÇO: 12h** | Arroz branco, fígado em tiras acebolado, feijão preto simples e legumes refogados (repolho, tomate e cebola) | Arroz Maria Izabel (carne bovina e cheiro verde), macarrão simples, ovos mexidos e legumes cozidos (cenoura e beterraba) | Arroz branco, frango cozido com legumes (abobora e maxixe), farofa simples | Macarrão, almôndega e salada crua (acelga e rodelas de tomate) | Arroz de vinagreira, carne bovina trinchada, feijão mulata gorda simples e salada refogada (repolho e cebola) |
| **LANCHE DA TARDE: 15h30** | Beiju com manteiga e leite com achocolatado (cacau) | Bolo de fubá e suco de caju | Macarrona mexido (macarrão, ovo cozido e cenoura ralada) e suco de cajá | Bolinhas assadas de batata inglesa com frango desfiado + **melão em fatias** | Farofa de carne bovina em cubos pequeno e **laranja** |
| **Composição Nutricional (Média Semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **PLD (g)** |
| | | | | | |
| | | | | | |

**Elaborado pelas Nutricionistas:**


Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT) CRN11:4557
Diana Messala P. S. Monteiro (QT) CRN11:3555
Mª do Socorro M. Jansen (QT) CRN11: 8034
Suzana Borba F. da Silva (QT) CRN11:4418
Josimeire de J.M.F Araujo CRN11: 4517

ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
SUPERINTÊNCIA DE SUPRIMENTOS
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO<br>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| CARDÁPIO II – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio - Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão – IEMA<br>MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral – Atendimento Educacional Especializado - AEE<br>ZONA: Urbana/Rural<br>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos<br>PERÍODO: Integral | | | | | |
| FEVEREIRO A JUNHO 2027 | | | | | |
| **3ª SEMANA** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ªFEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ: 9h30** | Suco de maracujá com cuscuz de arroz | Pão proteico de frango e cenoura ralada (pão massa grossa, frango e cenoura) e suco de manga | Vitamina de acerola com pão massa fina | **Mix de frutas** (melão e melancia em fatia) | Farofa de cuscuz de milho com cheiro verde e carne moída e **banana** |
| **ALMOÇO: 12h** | Arroz branco, frango grelhado, purê de batata doce, farofa simples e legumes cozidos (abóbora e quiabo) | Arroz de vagem, carne bovina de panela assada, feijão carioca com João Gomes e salada crua (alface, tomate e pepino) **e suco de caju** | Arroz branco, peixe assado, purê de macaxeira, farofa simples e salada crua (acelga e tomate) | Arroz de abóbora, refogado de carne moída bovina com beterraba e chuchu em cubos e salada crua (acelga e cheiro verde) | Arroz de vinagreira, frango empanado, feijão preto simples, macarrão simples, salada refogada (repolho, cebola e cenoura ralada) **e laranja** |
| **LANCHE DA TARDE: 15h30** | Mingau de milho com coco | Iogurte com **maçã** | Crepioca cortada e achocolatado (cacau em pó) | Bolo de tapioca com suco de cajá | Macarronada de frango desfiado com coentro |
| **Composição Nutricional (Média Semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **PLD (g)** |
| | | | | | |
| | | | | | |


**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT) CRN11:4557
Diana Messala P. S. Monteiro (QT) CRN11:3555
Mª do Socorro M. Jansen (QT) CRN11: 8034
Suzana Borba F. da Silva (QT) CRN11:4418
Josimeire de J.M.F Araujo CRN11: 4517

ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
SUPERINTÊNCIA DE SUPRIMENTOS
SUPERVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO<br>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| CARDÁPIO II – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio - Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão – IEMA<br>MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio Integral – Atendimento Educacional Especializado - AEE<br>ZONA: Urbana/Rural<br>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos<br>PERÍODO: Integral | | | | | |
| FEVEREIRO A JUNHO 2027 | | | | | |
| **4ª SEMANA** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ªFEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ: 9h30** | Cuscuz de milho com ovos mexidos e café com leite | **Mix de frutas** (abacate e mamão) com aveia | Mingau de milho com coco | Bolinho de banana saudável com suco de caju | Farofa de ovos mexidos com **e tangerina** |
| **ALMOÇO: 12h** | Arroz branco, strogonoff de carne bovina, feijão carioca simples, salada cozida (batata inglesa e cenoura) | Arroz com frango desfiado, purê de abobora, macarrão simples, salada crua (acelga, beterraba ralada e pepino) | Arroz carreteiro (com carne bovina em cubos e cheiro verde), macarrão simples, salada crua (acelga, beterraba ralada e pepino) | Arroz branco, feijoada (feijão preto, carne bovina em cubos, cenoura e chuchu), couve refogada | Arroz branco, frango refogado com batatas inglesa, purê de macaxeira e salada crua (alface, cebolinha e tomate) |
| **LANCHE DA TARDE: 15h30** | Beiju com manteiga e suco de goiaba | Pão recheado (pão massa fina com carne bovina moída) | **Salada de frutas** (maçã, melão, laranja) | Caldo de ovos com cheiro verde | Bolo de trigo simples com chocolate quente |
| **Composição Nutricional (Média Semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **PLD (g)** |
| | | | | | |
| | | | | | |

**Elaborado pelas Nutricionistas:**


Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT) CRN11:4557
Diana Messala P. S. Monteiro (QT) CRN11:3555
Mª do Socorro M. Jansen (QT) CRN11: 8034
Suzana Borba F. da Silva (QT) CRN11:4418
Josimeire de J.M.F Araujo CRN11: 4517