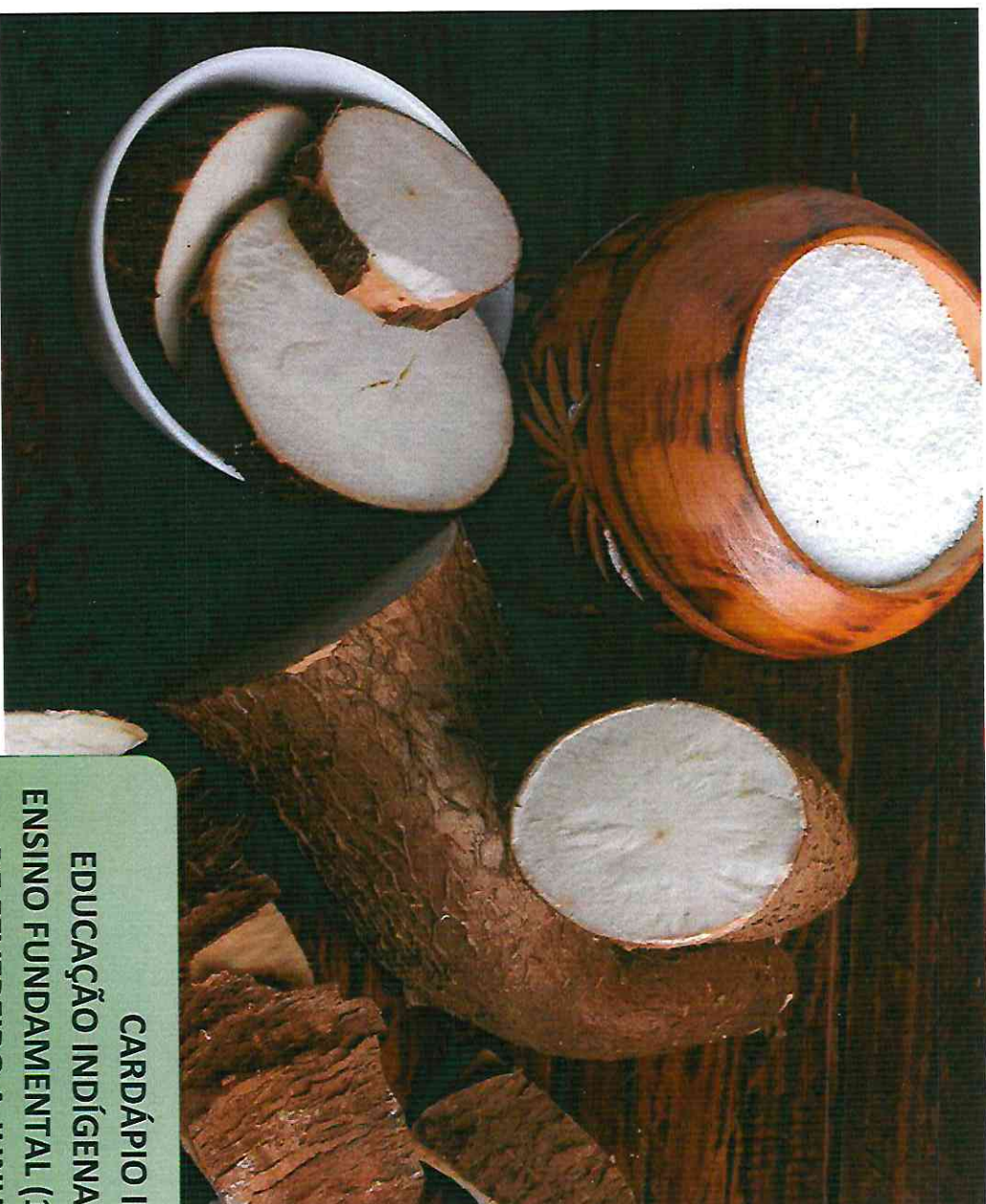




CARDÁPIO I
EDUCAÇÃO INDÍGENA REGULAR
ENSINO FUNDAMENTAL (11 A 15 ANOS)
DE FEVEREIRO A JUNHO DE 2024

Elaborado pelas Nutricionistas:


Moysane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557


Diana Messias S. Monteiro (QT)
CRN11:3555


Mª do Socorro M. Jensen (QT)
CRN11: 8034


Suzana Bordado da Silva (QT)
CRN11:4418


Renata Rodrigues N. Rabin(QT)
CRN11: 2164

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:


Moysane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557


Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555


Má do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11:8034


Suzana Bortolotto da Silva (QT)
CRN11:4418


Renata Rodrigues N. Rabin (QT)
CRN11: 2164

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Ensino Fundamental
MODALIDADE DE ENSINO: Indígena Regular
ZONA: Urbana e Rural
FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 Anos
PERÍODO: Parcial

FEVEREIRO A JUNHO DE 2024

1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Achocolatado, Cuscuz de milho, Ovos mexidos	Arroz branco, Peixe cozido com batata inglesa, Farinha amarela, Cuxá, Banana	Baão de Dois (arroz, feijão), Carne bovina assada de panela, Salada Verde (alface, pepino, tomate, limão), Farofa, Laranja	Sopa de frango com legumes (repolho, cenoura, batata inglesa, maxixe, quiabo, vinagreira), Pão de forma, Melancia	Arroz branco, Mexido de sardinha em conserva com repolho e cenoura, Feijão cozido com abóbora, maxixe e quiabo, Farofa, Suco de goiaba
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	474,22		79g 67%	16g 14%	11g 21%

Elaborado pelas Nutricionistas:


Moysane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557


Diana Meisala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555


Mª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11:8034


Suzana Botelho da Silva (QT)
CRN11:4418


Renata Rodrigues N. Rabin (QT)
CRN11: 2164

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Ensino Fundamental
MODALIDADE DE ENSINO: Indígena Regular
ZONA: Urbana e Rural
FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 Anos
PERÍODO: Parcial

FEVEREIRO A JUNHO DE 2024					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h	Mingau de tapioca com coco	Macarrão com frango e legumes (cenoura, repolho), Suco de caju	Farofa de frango com legumes (cenoura ralada, cheiro verde e cebolinha), Suco de abacaxi, Melancia	Arroz com ovos mexidos e legumes (cenoura, cheiro verde, cebolinha) Feijão cozido, Farinha amarela, Suco de acerola	Arroz branco, Feijoadá bovina com legumes (repolho, abóbora, quiabo, maxixe), Farofa, Couve refogada, Laranja
LANCHE VESPERTINO: 15h					
LANCHE NOTURNO: 19h					
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)		CHO (g)		LPD (g)
	473,80		83g		11g
			70%		21%

Elaborado pelas Nutricionistas:


Moysane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557


Diana Messala P.S. Monteiro (QT)
CRN11:3555


Mª do Socorro M. Jensen (QT)
CRN11: 8034


Suzana Batista F. da Silva (QT)
CRN11:4418


Renata Rodrigues N. Rabin(QT)
CRN11: 2164

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO						
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE						
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Ensino Fundamental						
MODALIDADE DE ENSINO: Indígena Regular						
ZONA: Urbana e Rural						
FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 Anos						
PERÍODO: Parcial						
FEVEREIRO A JUNHO DE 2024						
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	
LANCHE MATUTINO: 9h	Café com leite, Cuscuz de arroz, Ovos mexidos, Mamão	Arroz com vinagreira, Peixe frito, Feijão cozido, Farofa, Salada Verde (alface, tomate, cebola e cheiro-verde), Melancia	Arroz branco, Carne suína cozida com legumes (abóbora e vinagreira), Farinha amarela, Laranja	Arroz branco, Carne bovina ao molho com legumes (macaxeira, quiabo, maxixe e vinagreira), Farinha amarela, Suco de manga	Arroz com legumes (cenoura, maxixe, vinagreira), Filezinho de frango frito com molho, Feijão cozido, Farofa, Suco de cajá	
LANCHE VESPERTINO: 15h						
LANCHE NOTURNO: 19h						
Composição Nutricional (Média semanal)			Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			473,80	76g	18g	12g
				64%	15%	23%

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

Mª do Socorro M. Dunsen (QT)
CRN11:6034

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:4418

Renata Rodrigues N. Rabin (QT)
CRN11: 2164



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



SEDUC
Secretaria de Estado da Educação
Secretaria Adjunta de Administração
Superintendência de Suprimentos
Supervisão de Alimentação Escolar

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Ensino Fundamental
MODALIDADE DE ENSINO: Indígena Regular
ZONA: Urbana e Rural
FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 Anos
PERÍODO: Parcial

FEVEREIRO A JUNHO DE 2024					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Vitamina de abacate, Biscoito Salgado	Sopa de feijão macarrão, carne bovina e legumes (cenoura, chuchu, quiabo, vinagreira), Pão	Arroz com cenoura, Frango cozido com abóbora, Farinha amarela, Salada Verde (pepino, tomate, cebola, cheiro verde, limão), Banana	Macarrão com carne moída, Salada Verde (repolho em tiras, cenoura ralada, limão), Suco de maracujá	Café com leite, Beiju com manteiga, Melão
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	473,41		75g 63%	16g 14%	12g 23%

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moysane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

Mª do Socorro M.ansen (QT)
CRN11:8034

Suzana B. F. da Silva (QT)
CRN11:4418

Renata Rodrigues N. Rabin (QT)
CRN11: 2164