



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA Nº 89/2024 - SUPAE/SEDUC

São Luís, data da assinatura eletrônica.

ASSUNTO: Assinatura eletrônica nos cardápios - FNDE/PNAE

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “A” – Ensino Médio Regular					
MODALIDADE DE ENSINO: EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA I)					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 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 com cuscuz de milho e manteiga	Galinhada (Arroz, frango e abóbora) com salada crua (alface e pepino) + banana	Macarronada completa (sardinha, cenoura ralada, abobrinha e cheiro verde) + suco de maracujá	logurte de fruta com biscoito rosquinha	Baião de dois (Arroz e feijão), mexido de carne móida e salada crua (Tomate e cebolinha) + laranja
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		479,55 Kcal	77 g	16 g	11 g
		100 %	65 %	13 %	22 %

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “A” – Ensino Médio Regular					
MODALIDADE DE ENSINO: EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA I)					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO DE 2024					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Caldo verde (farinha branca, ovos, couve e coentro) + Pão	Mingau de milho com coco	Cuscuz marroquino (flocão de milho, cheiro verde, tomate, João gomes e carne em cubos) + Suco de caju	Salada de fruta (banana, mamão, melão e aveia)	Arroz tropeiro (frango, fava e cheiro verde), salada crua (pepino, alface e manjeriçã) + tangerina
Composição Nutricional		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)

(Média semanal)	481,37 Kcal	80 g	17 g	13 g
	100 %	66 %	15 %	24 %

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “A” – Ensino Médio Regular					
MODALIDADE DE ENSINO: EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA I)					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS					
PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO DE 2024					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h	Vitamina de maracujá com <i>bolo de chocolate*</i> <i>*obs.: Poderá ser substituído por pão ou biscoito</i>	Arroz do campo (carne desfiada, vinagreira, abóbora e quiabo), Salada cru (alface, rúcula e hortelã) + melancia	Misto Saudável (pão, ovo, tomate e alface) + suco de abacaxi	Farofa divina (flocão de milho, ovos, milho verde, tomate e pimentão) + banana	Arroz com vagem, frango à primavera (frango, chuchu e batata doce) e salada crua (acelga e beterraba ralada) + suco de cajá
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		480,84 Kcal	66 g	16 g	66 g
		100 %	55 %	15 %	30 %

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “A” – Ensino Médio Regular					
MODALIDADE DE ENSINO: EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA I)					
ZONA: Urbana e Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 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	Caldo de ovos com pão	Arroz maria Isabel (carne em cubos e arroz), salada crua (acelga, rúcula e tomate) + suco de goiaba	Mingau de aveia + maçã	Sopa de macarrão (frango, chuchu, abobrinha, vinagreira, inhame e salsa)	Arroz de cenoura, picadinho de carne com legumes (maxixe, repolho e cheiro verde) + laranja
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		480,75 kcal	87 g	20 g	13 g
		105 %	65 %	15 %	25 %

Elaborado pelas Nutricionistas:

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

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:3555
CRN11:4418

Mª do Socorro M.
Renata Rodrigues N. Rabin(QT)
CRN11: 8034
CRN11: 2164

Atenciosamente,

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 06/05/2024, às 10:52, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO**,
NUTRICIONISTA, em 06/05/2024, às 11:25, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**,
NUTRICIONISTA, em 06/05/2024, às 11:36, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **RENATA RODRIGUES NASLAUSKY RABIN**,
NUTRICIONISTA, em 06/05/2024, às 14:53, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



A autenticidade do documento pode ser conferida no site <https://sei.ma.gov.br/autenticidade> informando o código verificador **1313613** e o código CRC **335F2259**.