



ESTADO DO MARANHÃO  
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA Nº 85/2024 - SUPAE/SEDUC

São Luís, data da assinatura eletrônica.

**ASSUNTO:** Assinatura eletrônica nos cardápios - FNDE/PNAE

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE					
CARDÁPIO II –INSTITUTO DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio – IEMA – Integral com Parcial					
ZONA: Urbana/ rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral com Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO 2024					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Vitamina de abacate e pão com manteiga	Arroz temperado (arroz, frango, pimentão e abobrinha) <b>+ Suco de caju</b>	logurte de fruta com biscoito salgado e Maçã	Caldo forte (carne moída, abóbora e couve) com Pão	Farofa Maravilha (farinha amarela, carne bovina, feijão e cebolinha) <b>+ Banana</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, frango caipira (frango ao molho, berinjela e manjericão) farofa e salada crua (repolho e cebolinha) <b>+ Melão</b>	Arroz branco, carne cozida com batata inglesa e vinagreira e salada crua (alface e tomate)	Arroz branco, bisteca suína frita, feijão carioca com abóbora e couve e salada crua (acelga e pepino)	Arroz branco, frango assado, purê de macaxeira, salada crua (cenoura ralada e beterraba ralada) <b>+ Abacaxi em rodela</b>	Arroz de vinagreira, peixe frito, cuxá, salada tipo vinagrete (tomate, cebola e cheiro verde) + <b>Laranja</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Achocolatado quente com pão massa fina com ovos mexidos	Macarrão tipo lasanha (macarrão, frango desfiado ao molho branco, milho e cenoura ralada) <b>+ banana</b>	Farofa maranhense raiz (farinha amarela, isca de carne, cebola e cebolinha) <b>+ Suco de caju</b>	Arroz mar (arroz, sardinha e cheiro verde)	Sopa de frango com legumes (batata inglesa, João Gomes, cenoura, abobrinha)
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1903,85</b>	<b>275g</b>	<b>81g</b>	<b>57g</b>
		<b>100%</b>	<b>56%</b>	<b>18%</b>	<b>27%</b>

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE					

CARDÁPIO II –INSTITUTO DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio – IEMA – Integral com Parcial					
ZONA: Urbana/ rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral com Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO 2024					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Café com leite, macaxeira cozida com ovos temperados (tomate, cebola e cheiro verde) + <b>mamão</b>	Arroz campestre (Arroz, <i>carne suína cubos*</i> , cenoura, milho, vagem e cebolinha) + <b>melancia</b> Obs:* Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou ovo.	Caldo de carne moída com João gomes e torrada	Vitamina de maracujá com cuscuz de milho e manteiga	Arroz Branco, feijão com maxixe e quiabo, mexido de frango com repolho e salada crua (acelga e rúcula)
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, mexido de carne moída bovina com maxixe e salada crua (repolho e beterraba ralado)	Arroz branco, fígado trinchado acebolado, macarrão, farofa, salada crua (alface e tomate)	Arroz branco, frango refogado com pimentão verde, feijão simples, salada cozida (chuchu e cebolinha)	Arroz com feijão, peixe cozido, pirão e salada crua (repolho e cheiro verde) + <b>laranja</b>	Arroz branco, carne suína assada de panela, feijão preto simples, farofa, salada crua (acelga e pepino) + <b>tangerina</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Café com leite e beiju recheado (beiju, frango desfiado e cebolinha)	Arroz Maria Isabel + <b>banana</b>	Macarronada mista (macarrão, carne moída e ovo cozido)	Sopa de carne com legumes (couve, beterraba, batata inglesa)	Farofa simples (farinha e ovo) + <b>Suco de maracujá</b>
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1903,44</b>	<b>304g</b>	<b>71g</b>	<b>49g</b>
		<b>100%</b>	<b>63%</b>	<b>16%</b>	<b>23%</b>

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE					
CARDÁPIO II –INSTITUTO DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA					
MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio – IEMA – Integral com Parcial					
ZONA: Urbana/ rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral com Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO 2024					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ªFEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Vitamina de goiaba com batata doce cozida	Arroz com couve, frango ao molho com batata inglesa e cenoura, Salada crua (tomate, pepino e manjeriçao) + <b>Suco de cajá</b>	Salada de fruta (laranja, abacaxi e mamão)	Macarronada com sardinha + <b>laranja</b>	Risoto cremoso (carne moída, abóbora e feijão verde), salada crua (tomate picado e cheiro verde) + <b>Suco de acerola</b>

<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, filé de frango frito, feijão verde com quiabo e couve <b>+ abacaxi</b>	Arroz de couve, feijoada de carne suína com legumes (abóbora, batata inglesa), farofa + <b>Laranja</b>	Arroz branco, carne bovina assado, feijão carioca com vinagreira e cenoura em rodela, macarrão, salada crua (alface e tomate)	Arroz branco, isca de frango com cebola e tomate, purê de batata inglesa, salada crua (repolho e cheiro verde) <b>+ melão</b>	Arroz branco, peixe escabeche com pimentão em rodela e cebola e salada crua (tomate, cebola e cebolinha)
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Macarrão já quero (macarrão, carne desfiada e cebolinha)	Sopa de frango e macarrão (frango, macarrão, abóbora, vinagreira e chuchu)	Galinhada <b>+ Melancia</b>	Arroz rico (arroz, ovo, cenoura ralada e cebolinha)	Farofa baião (farinha, feijão verde, carne em isca, cheiro verde, tomate e cebola) <b>+ Suco de goiaba</b>
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1902,85</b>	<b>335g</b>	<b>69g</b>	<b>41g</b>
		<b>101%</b>	<b>69%</b>	<b>16%</b>	<b>20%</b>

<b>SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO</b>					
<b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO II – INSTITUTO DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO - IEMA</b>					
<b>MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Médio – IEMA – Integral com Parcial</b>					
<b>ZONA: Urbana/ rural</b>					
<b>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos</b>					
<b>PERÍODO: Integral com Parcial</b>					
<b>FEVEREIRO A JUNHO 2024</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>	Achocolatado, cuscuz de Arroz e ovos mexidos com cebolinha <b>+ melão</b>	Farofa de fava com carne em cubos e salsa e tangerina	Bolo de milho e suco de abacaxi com hortelã	Sopa de frango com legumes (inhame, abóbora, beterraba, vagem e vinagreira)	Baião de dois (Arroz e feijão), frango com quiabo, salada crua (alface, cenoura ralada e tomate) <b>+ suco de manga</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, mexido rico (frango desfiado, repolho, cenoura) feijão com couve <b>+ maçã</b>	Arroz branco, frango cozido com maxixe, quiabo e inhame, macarrão e salada crua (alface e tomate)	Arroz branco, peixe frito, feijão preto simples, farofa, vinagrete (cebola, tomate e cheiro verde) <b>+ laranja</b>	Arroz branco, torta de carne, feijão simples, macarrão e salada crus (alface e pepino)	Arroz de cenoura, bife de carne bovina, feijão carioca e salada crua (repolho e cheiro verde)
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Vitamina de abacate com pão	Arroz maranhense (arroz, isca de carne, abóbora, cebolinha)	Macarrão à bolonhesa (macarrão, carne moída e manjeriço)	Farofa reforçada (farinha, frango e cenoura) <b>+ tangerina</b>	Caldo de feijão com carne desfiada e couve
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1903,68</b>	<b>320g</b>	<b>69g</b>	<b>40g</b>
		<b>100%</b>	<b>65%</b>	<b>15%</b>	<b>20%</b>

**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

Mª do Socorro

M. Jansen (QT)

Suzana Borba F. da Silva (QT)

Renata Rodrigues N. Rabin(QT)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11: 803

CRN11:4418

CRN11: 2164

Atenciosamente,

DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO  
NUTRICIONISTA - SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO

---

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 10:48, 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 11:24, 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 11:35, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



Documento assinado eletronicamente por **RENATA RODRIGUES NASLAUSKY RABIN**,  
**NUTRICIONISTA**, em 06/05/2024, às 14:52, 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 **1311297** e o código CRC **49B923FF**.