



ESTADO DO MARANHÃO  
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO - SEDUC

COMUNICAÇÃO INTERNA Nº 246/2024 - SUPAE/SEDUC

São Luís, *data da assinatura eletrônica.*

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE					
CARDÁPIO III – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE					
ZONA: Urbana/ Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral com Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO 2024					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	logurte de fruta com biscoito maizena	Farofa completa (farinha branca, frango desfiado, couve e fava) + <b>suco de acerola</b>	<b>Suco de cajá</b> com pão cheio (carne bovina moída, cenoura ralada e alface)	Sopa de frango com feijão e legumes (batata inglesa, quiabo, vinagreira e beterraba) + <b>melão</b>	Arroz delícia (arroz, cubos de frango, abóbora, João Gomes) + <b>mamão</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, picadinho de carne suína com legumes (maxixe e quiabo), salada crua (pepino, tomate, cebolinha) + <b>laranja</b>	Arroz azedinho (arroz, vinagreira), frango cozido com batata inglesa, feijão, salada cozida (chuchu, beterraba, acelga picadinha)	Arroz branco, peixe frito com molho de tomate, feijão com João Gomes, farofa, salada crua (alface, pepino, tomate)	Arroz branco, torta de frango, feijão, macarrão, salada crua (acelga, tomate, cheiro-verde, cebolinha) + <b>melão</b>	Arroz branco, feijoada carioca (feijão, carne bovina, batata inglesa, abóbora, abobrinha, cheiro-verde, couve), farofa
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Mingau de milho com coco ralado	Caldo de frango desfiado e macaxeira + <b>tangerina</b>	<b>Vitamina de abacate</b> com biscoito cream cracker	<b>Suco de goiaba</b> com pão massa grossa	Mix de frutas com aveia ( <b>mamão, laranja, banana, aveia</b> )
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		1.913,82	269g	76g	49g
		101%	62%	15%	24%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE					
CARDÁPIO III – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE					
ZONA: Urbana/ Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral com Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO 2024					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA

<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Farofa de ovos e cebolinha + <b>melancia</b>	Macarrão com frango desfiado e salsa + <b>suco de goiaba</b>	Arroz do sertão (arroz, *carne suína em cubos, feijão verde, maxixe e quiabo) <b>*Poderá ser substituído por carne bovina, frango ou ovo)</b>	<b>Suco de caju</b> com *bolo de trigo <b>*Poderá ser substituído por pão ou biscoito.</b>	Arroz com vinagreira, frango cozido com chuchu e batata, feijão com abóbora e salada crua (alface e pepino) + <b>maçã</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, frango cozido, macarrão, salada crua (repolho, pepino, tomate)	Arroz com cenoura ralada, torta de carne bovina moída, feijão verde maxixe e quiabo, farofa, salada crua (acelga, tomate)	Arroz branco, peixe cozido com ovo e batata inglesa, pirão + <b>laranja</b>	Arroz branco, carne suína assada, feijão preto simples, macarrão e salada crua (alface, cebolinha, beterraba ralada)	Arroz com feijão verde, bisteca de carne bovina frita com cebola, purê de batata doce, salada crua (rúcula, cenoura ralada)
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Caldo de feijão com couve	Mingau de fubá de milho com coco + <b>banana</b>	Batata doce cozida com <b>suco de maracujá</b>	Farofa de ovos mexidos (farinha branca e ovos mexidos) + <b>suco de abacaxi</b>	<b>Suco de manga</b> com biscoito salgado
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>1.921,30</b>	<b>301g</b>	<b>83g</b>	<b>48g</b>
		<b>102%</b>	<b>63%</b>	<b>15%</b>	<b>24%</b>

<b>SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO</b>					
<b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE</b>					
<b>CARDÁPIO III – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio</b>					
<b>MODALIDADE DE ENSINO: ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE</b>					
<b>ZONA: Urbana/ Rural</b>					
<b>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos</b>					
<b>PERÍODO: Integral com Parcial</b>					
<b>AGOSTO A DEZEMBRO 2024</b>					
<b>3ª 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 e cuscuz de milho com manteiga + <b>melão</b>	Macarrão ao molho de tomate (macarrão, tomate, carne bovina moída e coentro)	<b>Salada de frutas</b> (mamão, laranja e banana)	Sopa de macarrão com frango, feijão e legumes (abobrinha, abóbora e vinagreira)	Baião de dois, isca de carne bovina com repolho, e salda refogada (cenoura e vagem) + <b>suco de cajá</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, carne bovina cozida com batata inglesa, abóbora, quiabo e maxixe, farofa com cenoura e couve, salada crua (tomate, beterraba)	Arroz com macarrão, frango com quiabo, feijão com couve, farofa, salada crua (alface, rúcula, tomate) + <b>tangerina</b>	Arroz branco, peixe escabeche, purê de abóbora, farofa verde, salada refogada (repolho, beterraba) + <b>suco de acerola</b>	Arroz Maria Isabel, feijão com espinafre e abóbora, tirinhas de peito de frango trinchado, salada crua (alface, tomate, cheiro-verde) + <b>abacaxi</b>	Arroz branco, torta de carne bovina moída com batata inglesa, feijão com maxixe e quiabo, farofa com cebola, salada crua (alface, pepino, beterraba) + <b>laranja</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	<b>Mix de frutas</b> (banana, maçã, melão)	<b>Suco de caju</b> com batata doce	Caldo de frango desfiado com macaxeira	<b>Suco de manga</b> com manê	<b>Vitamina de banana, mamão e aveia</b>
		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>

Composição Nutricional	1.909,21	282g	87g	48g
(Média Semanal)	100%	59%	15%	26%

<b>SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO</b>					
<b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE</b>					
CARDÁPIO III – ETAPA DE ENSINO: Ensino Médio					
MODALIDADE DE ENSINO: ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO - AEE					
ZONA: Urbana/ Rural					
FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 anos					
PERÍODO: Integral com Parcial					
AGOSTO A DEZEMBRO 2024					
<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>	Caldo de ovos com cebolinha + pão + <b>mamão</b>	<b>Vitamina de abacate</b> com biscoito salgado	Farofa mistão (farinha branca, frango em cubos, ovos, cebola, tomate e João Gomes) + <b>suco de murici</b>	Galinhada e salada crua (acelga e rúcula) + <b>melancia</b>	Baião de três (arroz, feijão e carne bovina em cubos), salada crua (tomate, pepino e coentro)
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, stroganoff de carne bovina, feijão com João Gomes, farofa colorida, salada refogada (chuchu, cebolinha) + <b>suco de maracujá</b>	Galinhada especial (frango, couve, manjericão), purê misto (abóbora, batata inglesa), farofa, salada crua (beterraba, alface, vagem refogada) + <b>laranja</b>	Arroz branco, peixe cozido com batata inglesa, pirão, salada cozida (beterraba, maxixe, quiabo, cheiro-verde) + <b>melão</b>	Arroz baião de dois (arroz, feijão), carne desfiada com cebolinha, farofa, salada crua (acelga, pepino, tomate, cenoura, limão)	Arroz branco, carne suína trinchada, feijão cozido com abóbora, creme de milho, salada refogada (maxixe, quiabo, tomate) + <b>suco de goiaba</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Mingau de milho com coco ralado	Caldo de feijão, carne bovina desfiada, cheiro-verde, couve	<b>Suco de abacaxi</b> e pão massa grossa com ovos mexidos	<b>Vitamina de banana e aveia</b> com biscoito maria	Farofa de sardinha com cebolinha
		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>1.908,67</b>	<b>262g</b>	<b>83g</b>	<b>64g</b>
		<b>102%</b>	<b>60%</b>	<b>15%</b>	<b>27%</b>

Atenciosamente,

**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)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11: 8034

CRN11:4418

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 19/08/2024, às 10:39, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.

---



Documento assinado eletronicamente por **MARIA DO SOCORRO MENDES JANSEN**,  
**NUTRICIONISTA**, em 19/08/2024, às 10:55, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.

---



Documento assinado eletronicamente por **SUZANA BORBA FONSECA DA SILVA**,  
**NUTRICIONISTA**, em 19/08/2024, às 11:02, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.

---



Documento assinado eletronicamente por **DIANA MESSALA PINHEIRO DA SILVA MONTEIRO**,  
**NUTRICIONISTA**, em 19/08/2024, às 11:10, 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 **2887736** e o código CRC **579E34F4**.

---