





Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Ementa Almoço| 02 a 04 de dezembro 2026

QUARTA

Sopa	Creme de ervilha e cenoura[7,12]
Prato	Peixe frito + arroz de tomate + salada mista[1,3,4,6]
Prato Vegetariano	Pataniscas de legumes + arroz de tomate + salada mista[1,3,10,12]
Sobremesa	Sobremesa doce

QUINTA | Dia Internacional dos Portadores de Alergia Crónica

Sopa	Sopa de hortaliças[7,12]
Prato	Rancho de carne de porco (grão-de-bico, massa, cenoura)[1,3,6,9,10,11,12,13]
Prato Vegetariano	Rancho de grão-de-bico (c/ massa e cenoura)[1,3,6,9,10,11,12,13]
Sobremesa	Fruta da época

SEXTA

Sopa	Sopa de alho francês[7,12]
Prato	Lasanha de atum[1,3,4,7,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Lasanha de soja triturada[1,3,5,6,7,8,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.
Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.







Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Ementa Almoço| 07 a 11 de novembro 2026

SEGUNDA

Sopa	Sopa de cebola com salsa[1,7,10,12]
Prato	Hambúrguer no forno c/ molho de tomate e orégãos + massa com legumes[1,3,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Hambúrguer vegetariana com molho de tomate + massa com legumes[1,3,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

TERÇA | Feriado

QUARTA

Sopa	Sopa de couve portuguesa[7,12]
Prato	Feijoada de pota + arroz branco[1,6,9,10,11,12,14]
Prato Vegetariano	Feijoada de legumes + arroz branco[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Sobremesa doce

QUINTA | Dia Internacional dos Direitos Humanos

Sopa	Curgete e couve-flor[7,12]
Prato	Jardineira de frango (c/ batata)[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Jardineira de soja (c/ batata)[1,5,6,8,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

SEXTA

Sopa	Sopa de alho francês e cenoura[7,12]
Prato	Rissóis de peixe fritos + arroz de pimentos[1,4,6,7]
Prato Vegetariano	Arroz xau-xau de legumes (ovo, cogumelos, pimentos, cenoura)[1,3,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.
Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.







Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Ementa Almoço| 14 a 18 de dezembro 2026



SEGUNDA | Dia do Nutricionista

Sopa	Creme de feijão branco com hortaliças[7,6,12,13]
Prato	Frango assado com ervas + arroz de legumes[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Caril de grão-de-bico + arroz de legumes[1,6,9,10,11,12,13]
Sobremesa	Fruta da época

TERÇA

Sopa	Canja com arroz[1,6,9,10,11,12]/ Creme de legumes[7,12]
Prato	Carne de porco à Portuguesa (batata cubos, pickles e azeitonas)[1,4,6,8,9,10,11,12,13]
Prato Vegetariano	Soja estufada aos cubos à Portuguesa (batata cubos, pickles e azeitonas)[1,5,6,8,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

QUARTA

Sopa	Sopa de grão e couve portuguesa[7,6,12,13]
Prato	Bolinhos de peixe + macarronete c/ cenoura ripada[1,3,4,6,10]
Prato Vegetariano	Bolinhos de feijão branco e legumes + macarronete c/ cenoura ripada[1,3,6,12,13]
Sobremesa	Sobremesa doce

QUINTA

Sopa	Sopa da horta (feijão vermelho, espinafres, cenoura e batata)[7,12]
Prato	Tintureira assada com cebolada + arroz de cenoura[1,4,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Arroz de verduras assado c/ queijo (lentilhas, tomate, pimentos, cogumelos, cenoura)[1,6,7,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

SEXTA

Sopa	Juliana de legumes[6,7,12,13]
Prato	Jardineira de carne de porco[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Ervilhas guisadas com ovo (c/ batata)[1,3,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.
Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

UAc
UNIVERSIDADE
DOS AÇORES







gertal

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.