



## Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo Ementa Almoço<sup>1</sup> | 2 a 6 de fevereiro de 2026

### Segunda

<b>Sopa</b>	Cenoura com feijão-verde
<b>Prato</b>	Atum mimoso no forno com batata e legumes <sup>1,7,10,12</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Legumes mimosos no forno com batata <sup>1,7,10,12</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época

### Terça

<b>Sopa</b>	Peixe <sup>1,3,4</sup> / Creme de legumes
<b>Prato</b>	Carne de porco estufada com esparguete <sup>1,3,12</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Gratinado de soja com esparguete <sup>1,3,6,7,11</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época

### Quarta | Dia Mundial da Luta Contra o Cancro

<b>Sopa</b>	Ovo <sup>3</sup>
<b>Prato</b>	Filetes panados no forno com arroz de pimentos <sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Paella de legumes <sup>1,6,9,10,11,12</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época / Sobremesa Doce <sup>1,3,7</sup>

### Quinta | Dia Mundial da Nutella

<b>Sopa</b>	Feijão com hortaliça
<b>Prato</b>	Frango no forno com molho de azeitonas e massa <sup>1,3,4,8,13</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Bolonhesa de cogumelos <sup>1,3,7</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época

### Sexta | Dia Internacional da Tolerância Zero à Mutilação Genital Feminina

<b>Sopa</b>	Abóbora com lentilhas
<b>Prato</b>	Paloco à Brás <sup>1,3,4,8,10,12,13</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Alho francês à Brás <sup>1,3,8,10,12,13</sup>
<b>Sobremesa</b>	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: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten., <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

