


# SNACK-BAR - ALMOÇO | LUNCH



SASE  
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR  
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

31 DE MARÇO – 04 DE ABRIL – MARCH 31st – APRIL 4th, 2025

	<b>Segunda – feira</b> <i>Monday</i> <b>31</b>	<b>Terça – feira</b> <i>Tuesday</i> <b>01</b>	<b>Quarta – feira</b> <i>Wednesday</i> <b>02</b>	<b>Quinta – feira</b> <i>Thursday</i> <b>03</b>	<b>Sexta – feira</b> <i>Friday</i> <b>04</b>
<b>Sopa</b> <i>Soup</i>	Cenoura, cebola e alho-francês <i>Carrot, onion and leek soup</i>	Feijão-vermelho e couve <i>Red beans and kale</i>	Creme de legumes <i>Vegetable cream</i>	Agrião <i>Watercress</i>	Brócolos <i>Broccoli</i>
<b>Peixe/Carne</b> <i>Fish/ Meat</i>	Lasanha de atum <sup>4</sup> Salada de alface, milho e cebola <i>Tuna<sup>4</sup> Lasagna Lettuce, Corn, and Onion Salad</i>	Hambúrguer <sup>1,3</sup> de vaca grelhado com molho de tomate, esparguete e cenoura raspada <i>Grilled beef burger<sup>1,3</sup> with tomato sauce, spaghetti and grated carrots</i>	Bacalhau à Brás <sup>3,4</sup> com salada de alface, tomate e cebola <i>Brás<sup>3,4</sup> style codfish with lettuce, tomato and onion salad</i>	Bife de frango com azeitonas, massa espiral <sup>1</sup> salteada e salada de couve-roxa, repolho e cenoura <i>Chicken steak with olives, sautéed spiral<sup>1</sup> pasta and red cabbage, cabbage and carrot salad</i>	Filetes de pescada <sup>4</sup> dourados com arroz de tomate e salada de alface, milho e cebola <i>Golden hake<sup>4</sup> fillets with tomato rice and lettuce, corn and onion salad</i>
<b>Vegetariano</b> <i>Vegetarian</i>	Pimento recheado com cogumelos e arroz de cenoura Salada de alface, milho e cebola <i>Stuffed Bell Peppers with Mushrooms and Carrot Rice Lettuce, Corn, and Onion Salad</i>	Legumes à Brás <sup>3</sup> com cenoura raspada <i>Brás<sup>3</sup> style vegetables with grated carrots</i>	Croquetes <sup>1,6</sup> de espinafres com salada de cotovelo, milho, cenoura, azeitonas e salada de alface, tomate e cebola <i>Spinach croquettes<sup>1,6</sup> with elbow salad, corn, carrots, olives and lettuce, tomato and onion salad</i>	Migas vegetarianas (feijão-frade, couves e broa de milho <sup>1</sup> ) e salada de couve-roxa, repolho e cenoura <i>Vegetarian “migas” (black-eyed peas, cabbage and cornbread<sup>1</sup>) and red cabbage, cabbage and carrot salad</i>	Bolonhesa de soja <sup>6</sup> com esparguete <sup>1</sup> e salada de alface, milho e cebola <i>Soy bolognese<sup>6</sup> with spaghetti<sup>1</sup> and lettuce, corn and onion salad</i>
<b>Salada do dia</b> <i>Salad of the day</i>	Salada de delícias <sup>1,2,3,4,6,9,10</sup> , cogumelos e tomate (alface, milho doce, delícias do mar, cogumelos salteados, tomate e laranja) <i>Seafood<sup>1,2,3,4,6,9,10</sup>, mushroom and tomato salad (lettuce, sweet corn, seafood, sautéed mushrooms, tomato and orange</i>	Salada de ovo <sup>3</sup> e ananás (alface, tomate, ovo, couve-roxa, ananás, croutons) <i>Egg<sup>3</sup> and pineapple salad (lettuce, tomato, egg, red cabbage, pineapple, croutons)</i>	Salada de frango e maçã (alface, grão-de-bico, frango, repolho, cenoura, maçã) <i>Chicken and apple salad (lettuce, chickpeas, chicken, cabbage, carrots, apple)</i>	Salada de atum <sup>4</sup> , feijão-frade e pêssego (alface, atum, feijão-frade, tomate, pimento, pêssego) <i>Tuna<sup>4</sup>, black-eyed pea and peach salad (lettuce, tuna, black-eyed)</i>	Salada de queijo fresco <sup>7</sup> e laranja (alface, massa espiral, cenoura, queijo fresco, laranja courgette) <i>Fresh cheese<sup>7</sup> and orange salad (lettuce, spiral pasta, carrot, fresh cheese, orange courgette)</i>

A ementa pode ser sujeita a alterações, de acordo com a disponibilidade dos produtos, principalmente dos alimentos sazonais. \*Intolerâncias apenas às proteínas do leite de vaca e glúten A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1 – Glúten; 2 – Crustáceos/Marisco; 3 – Ovos; 4 – Peixe e produtos à base de peixe; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite/ Lactose; 8 – Frutos de Casca Rija; 9 – Aipo; 10- Mostarda; 11- Sementes de sésamo; 12- Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13- Tremoços; 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para mais informação adicional, deve solicitar esclarecimento junto de um colaborador. Due to unforeseen circumstances, the menu may be subject to change. If you are allergic or intolerant to any substance, please consult the unit manager for more detailed information before consuming your meal. 1Cereals containing gluten., 2 Crustaceans, 3 Eggs, 4Fish, 5 Peanuts, 6Soy, 7Milk, 8Nuts, 9Aipo, 10Mustard, 11Sesame seeds 12Sulfur Dioxide and Sulfites, 13Lupin, 14Mollusks. Possible cross-contamination cannot be ruled out. For those who are not allergic or intolerant, these substances or products are completely harmless

**Obs: A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos / The menu may change for unforeseen**