

CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

19 – 24 DE MAIO – MAY 19TH – 24TH, 2025



SASE
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

	Segunda – feira <i>Monday</i> 19	Terça – feira <i>Tuesday</i> 20	Quarta – feira <i>Wednesday</i> 21	Quinta – feira <i>Thursday</i> 22	Sexta – feira <i>Friday</i> 23
Sopa <i>Soup</i>	Peixe ⁴ / Creme de cenoura <i>Fish⁴ / Carrot cream</i>	Creme de ervilhas <i>Pea cream</i>	Creme de grão com nabiça <i>Chickpea cream with turnip</i>	Tomate <i>Tomato</i>	Juliana <i>Vegetables</i>
Peixe/Carne <i>Fish/ Meat</i>	Tiras de frango com pimentos e cenoura salteadas e arroz de ervilhas Salada de repolho e cenoura <i>Chicken strips with sautéed peppers and carrots and pea rice</i> <i>Cabbage and carrot salad</i>	Filetes de pescada ⁴ estufados com cebola, tomate, alho francês e cenoura, arroz branco Cenoura raspada <i>Stewed hake⁴ fillets with onion, tomato, leek, and carrot, white rice</i> <i>Grated carrot</i>	Perna de porco assada com arroz de açafrão Brócolos e cenoura baby cozidas <i>Roast pork leg with saffron rice</i> <i>Boiled broccoli and baby carrots</i>	Bacalhau ^{1,4} com natas ⁷ Salada de alface, tomate e pepino <i>Cod^{1,4} with cream⁷</i> <i>Lettuce, tomato, and cucumber salad</i>	Carne de vaca à jardineira com salada de alface, cebola e milho <i>Beef stew with vegetables with lettuce, onion and corn salad</i>
Vegetariano <i>Vegetarian</i>	Lasanha ^{1,6} de espinafres e cogumelos com salada de repolho e cenoura <i>Spinach^{1,6} and mushroom lasagna with cabbage and carrot salad</i>	Estufado de feijão-vermelho com cenoura e arroz branco <i>Red bean stew with carrots and white rice</i>	Legumes salteados (jardineira e couve-flor) com esparguete ¹ , brócolos e cenoura baby cozidas <i>Sautéed vegetables (gardener and cauliflower) with spaghetti¹, broccoli and boiled baby carrots</i>	Caril de grão-de-bico com batata, legumes e salada de alface, tomate e pepino <i>Chickpea curry with potatoes, vegetables and lettuce, tomato and cucumber salad</i>	Arroz à valenciana vegan com salsicha de soja ⁶ e salada de alface, cebola e milho <i>Vegan valencian rice with soy⁶ sausage and lettuce, onion and corn salad</i>
Jantar <i>Dinner</i> (take-away)	Peixe-vermelho no forno com batata assada e salada de repolho e cenoura <i>Redfish in the oven with baked potatoes and cabbage and carrot salad</i>	Frango estufado com cenoura, ervilhas, puré de batata e cenoura raspada <i>Stewed chicken with carrots, peas, mashed potatoes and grated carrot</i>	Salada de grão, batata, bacalhau, ovo e brócolos e cenoura baby cozidas <i>Chickpea, potato, codfish, egg and broccoli salad and boiled baby carrots</i>	Assaduras de porco assadas com arroz, batata cozida e salada de alface, tomate e pepino <i>Roasted pork roast with white rice, boiled potato and lettuce, tomato and cucumber salad</i>	Massa gratinada com atum, milho, cenoura e cogumelos Salada de alface, cebola e milho <i>Baked pasta with tuna, corn, carrot, and mushrooms</i> <i>Lettuce, onion, and corn salad</i>
Sobremesa <i>Desert</i>	Mousse de chocolate ^{3,7} / Fruta da época <i>Chocolate mousse^{3,7} / Fruit</i>	Gelatina / Fruta da época <i>Jelly / Fruit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Fruta da época / Boca doce <i>Fruit / Sweet</i>	Fruta da época <i>Fruit</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