

# CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

01 – 05 DE JULHO | 01<sup>st</sup> – 05<sup>th</sup> OF JULY / 2024



SASE  
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR  
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

	<b>Segunda – feira</b> <i>Monday</i> <b>01</b>	<b>Terça – feira</b> <i>Tuesday</i> <b>02</b>	<b>Quarta – feira</b> <i>Wednesday</i> <b>03</b>	<b>Quinta – feira</b> <i>Thursday</i> <b>04</b>	<b>Sexta – feira</b> <i>Friday</i> <b>05</b>
<b>Sopa</b> <i>Soup</i>	Feijão-branco com repolho <i>White bean with cabbage</i>	Abóbora e couve lombarda <i>Pumpkin and savoy kale</i>	Creme de brócolos e couve-flor <i>Broccoli and cauliflower cream</i>	Canja de galinha / Creme de legumes (vegan) <i>Chicken soup / Vegetable cream (vegan)</i>	Creme de cebola, alho-francês, curgete e couve-flor <i>Onion, leek, courgette and cauliflower cream</i>
<b>Peixe/Carne</b> <i>Fish/ Meat</i>	Pescada à zé do Pipo com puré de batata e jardineira salteada <i>Zé do Pipo hake with mashed potatoes and sautéed vegetables</i>	Frango com citrinos no forno com massa espiral salteada e cenoura raspada <i>Baked citrus chicken with sautéed spiral pasta and grated carrots</i>	Pataniscas de bacalhau fritas com arroz de tomate e salada de alface e cebola <i>Codfish fritters with tomato rice and lettuce and onion salad</i>	Assado misto (porco, frango e chouriço) com batata rosada, cenoura, couve-roxa e repolho <i>Mixed roast (pork, chicken and chorizo) with pink potatoes, carrots, purple kale and cabbage</i>	Lasanha de atum com salada de alface e tomate com orégãos <i>Tuna lasagna with lettuce and tomato salad with oregano</i>
<b>Vegetariano</b> <i>Vegetarian</i>	Alho-francês à brás com jardineira salteada <i>Brás style leek with sautéed vegetables</i>	Hambúrguer vegetariano estufado com arroz de cenoura e cenoura raspada <i>Vegetarian burger stewed with carrot rice and grated carrot</i>	Empadão de lentilhas com salada de alface e cebola <i>Lentil pie with lettuce and onion salad</i>	Espiral com brócolos, cogumelos, cenoura couve-roxa e repolho <i>Spiral with broccoli and mushrooms, carrots, purple cabbage and kale</i>	Estufado de feijão-branco com cenoura, tomate e couve-penca com batata-doce e salada de alface e tomate com orégãos <i>White bean stew with carrots, tomatoes and cabbage with sweet potatoes and lettuce and tomato salad with oregano</i>
<b>Jantar</b> <i>Dinner</i> <i>(take-away)</i>	Hambúrguer de vaca estufado com arroz e jardineira salteada <i>Beef burger stewed with rice and sautéed vegetables</i>	Salada de atum com batata, jardineira e cenoura raspada <i>Tuna salad with potatoes, garden and grated carrot</i>	Massada de frango com cenoura, repolho, salsicha e salada de alface e cebola <i>Chicken pasta with carrots, cabbage, sausage and lettuce and onion salad</i>	Pudim de pescada com cenoura, couve-roxa e repolho <i>Hake pudding with carrots, purple kale and cabbage</i>	Ervilhas estufadas com cenoura, ovo escalfado e salada de alface e tomate com orégãos <i>Stewed peas with carrots, poached egg and lettuce and tomato salad with oregano</i>
<b>Sobremesa</b> <i>Desert</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Gelatina / Fruta <i>Jelly / Fruit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Arroz-doce / Fruta <i>Sweet rice/ Fruit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>

\*Intolerâncias apenas às proteínas do leite de vaca e glúten / *Intolerances to cow's milk and gluten proteins only*

\*Opção intolerâncias e vegetariano / *Intolerances and vegetarian option*

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