


CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

16 – 20 DE DEZEMBRO – DECEMBER 16th to 20th, 2024



SASE
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

	Segunda – feira <i>Monday</i> 16	Terça – feira <i>Tuesday</i> 17	Quarta – feira <i>Wednesday</i> 18	Quinta – feira <i>Thursday</i> 19	Sexta – feira <i>Friday</i> 20
Sopa <i>Soup</i>	Creme de grão com espinafres <i>Cream of chickpeas with spinach</i>	Nabiça <i>Turnip</i>	Alho francês <i>Leek</i>	Sopa de feijão-verde <i>Green bean soup</i>	Creme de cenoura com alho-francês <i>Carrot cream with leek</i>
Peixe/Carne <i>Fish/ Meat</i>	Almondegas ^{1,3} estufadas com esparguete Cenoura raspada ¹ Stewed meatballs with spaghetti and grated carrot	Bacalhau ⁴ com broa ¹ Salada de tomate, pepino e cebola Cod with breadcrumb topping Tomato, cucumber, and onion salad	Massa com atum <i>Pasta with tuna</i>	Empadão de atum ^{3,4,7} e cenoura raspada com repolho <i>Tuna pie and grated carrot with cabbage</i>	Assaduras à Portuguesa (pickles) com batata frita aos cubos Salada de alface e tomate Portuguese-style pickled vegetables (pickles) with cubed fried potatoes Lettuce and tomato salad
Vegetariano <i>Vegetarian</i>	Legumes salteados à carbonara (com natas de soja ⁶ – cenoura, ervilha, feijão-verde e cogumelos) e salada de tomate e cebola <i>Sautéed vegetables carbonara (with soy cream – carrots, green beans, pea and mushrooms) and tomato and onion salad</i>	Lasanha ^{1,6} de lentilhas com cenoura raspada <i>Lentil lasagna with grated carrots</i>	Feijoada de legumes <i>Vegetable Feijoada</i>	Croquetes de espinafres ^{1,6} com arroz de cenoura e cenoura raspada com repolho <i>Spinach croquettes with carrot rice and grated carrots with cabbage</i>	Chili vegetariano (feijão-vermelho com soja ⁶) e arroz branco com salada de alface tomate e cebola <i>Vegetarian chili (red beans with soy) with white rice and lettuce, tomato and onion salad</i>
Jantar <i>Dinner</i> <u>(take-away)</u>	Salada de atum ⁴ com jardineira (batata, ervilha, cenoura, feijão-verde) e ovo Cenoura raspada <i>Tuna salad with jardineira (potato, pea, carrot, green beans) and egg Grated carrot</i>	Arroz de carnes e legumes no forno e salada de tomate e cebola <i>Meat rice with oven-baked vegetables with tomato and onion salad</i>	Feijoada de legumes <i>Vegetable Feijoada</i>	Bife de frango grelhado com arroz de cenoura e cenoura raspada com repolho <i>Grilled chicken steak with carrot rice and grated carrots with cabbage</i>	Pastéis de bacalhau ^{1,3,4} no forno com arroz branco Salada de alface e tomate Baked codfish cakes with white rice Lettuce and tomato salad
Sobremesa <i>Desert</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Bolo de nata ^{1,3,7} / Fruta <i>Cream cake/ Fruit</i>	Bolo rei / Fruta da época <i>King Cake / Seasonal Fruit</i>	Gelatina / Fruta da época <i>Jelly / Fruit</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 – Amendoados; 6 – Soja; 7 – Leite/ Lactose; 8 – Frutos de Casca Rija; 9 – Aipo; 10- Mostarda; 11- Sementes de sésamo; 12- Dióxido de Enxofre e Sulfites; 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