


CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

28 DE ABRIL A 2 DE MAIO | APRIL 21ST – MAY 2ND, 2025



SASE
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

	Segunda – feira <i>Monday</i> 28	Terça – feira <i>Tuesday</i> 29	Quarta – feira <i>Wednesday</i> 30	Quinta – feira <i>Thursday</i> 01	Sexta – feira <i>Friday</i> 02
Sopa <i>Soup</i>	Tomate <i>Tomato</i>	Brócolos <i>Broccoli</i>	Creme de ervilhas <i>Pea cream</i>		Creme de legumes <i>Vegetable cream</i>
Peixe/Carne <i>Fish/ Meat</i>	Filetes dourados com batata Salada de pepino, tomate e cebola <i>Golden fillets with potatoes Cucumber, tomato, and onion salad</i>	Bife de frango acebolado com esparguete ¹ salteado Cenoura baby e feijão verde salteados com alho <i>Chicken steak with sautéed onions and spaghetti¹, served with baby carrots and green beans sautéed with garlic</i>	Lasanha de atum ^{1,4,7} e legumes com salada de alface e tomate <i>Tuna^{1,4,7} and vegetables lasagna with lettuce and tomato salad</i>		Bacalhau com natas ^{1,4,7} e cenoura e milho <i>Codfish with cream, carrots and corn</i>
Vegetariano <i>Vegetarian</i>	Legumes à Brás (repolho, cenoura, alho-francês, cogumelos, ervilhas) Salada de pepino, tomate e cebola <i>Vegetable à Brás (cabbage, carrot, leek, mushrooms, peas), served with a cucumber, tomato, and onion salad</i>	Estufado de lentilhas, legumes, arroz branco e cenoura baby e feijão verde salteados com alho <i>Stewed lentils, vegetables, white rice and baby carrots and green beans sautéed with garlic</i>	Courgette recheada com soja ⁶ , batatinha assada e salada de alface e tomate <i>Courgette stuffed with soy⁶, roasted potatoes and lettuce and tomato salad</i>		Cogumelos salteados com arroz de feijão- preto, pimentos e cenoura e milho <i>Sautéed mushrooms with black bean rice, peppers, carrots and corn</i>
Jantar <i>Dinner</i> (take-away)	Almôdegas estufadas com esparguete Salada de pepino, tomate e cebola <i>Stewed meatballs with spaghetti Cucumber, tomato, and onion salad</i>	Medalhões de pescada ⁴ no forno com cebolada e arroz branco <i>Baked hake medallions⁴ with onion sauce and white rice</i>	Carne de vaca à jardineira Salada de alface e tomate <i>Beef stew jardineira style Lettuce and tomato salad</i>		Perninhas de frango no forno com arroz de feijão-preto e pimentos Cenoura raspada e milho <i>Baked chicken legs with black bean rice and peppers Grated carrot and corn</i>
Sobremesa <i>Desert</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Salada de fruta Fruit salad	Fruta da época <i>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 – 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