

CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

7 – 11 DE JULHO | JULY 7th-11th, 2025



SASE
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

	Segunda – feira <i>Monday</i> 07	Terça – feira <i>Tuesday</i> 08	Quarta – feira <i>Wednesday</i> 09	Quinta – feira <i>Thursday</i> 10	Sexta – feira <i>Friday</i> 11
Sopa <i>Soup</i>	Creme de couve-flor <i>Cauliflower purée</i>	Canja de Galinha ³ / Creme de Legumes <i>Chicken broth / Vegetable purée</i> ³	Abóbora com ervilhas <i>Pumpkin with peas</i>	Feijão com couve-lombarda <i>Bean with cabbage</i>	Tomate com espinafres <i>Tomato with spinach</i>
Peixe/Carne <i>Fish/ Meat</i>	Lasanha de carne de vaca ^{1,3,6,7,9,10} <i>Beef lasagna</i> ^{1,3,6,7,9,10}	Salada de massa com atum e legumes ^{1,3,4,6,13} <i>Tuna salad with pasta and vegetables</i> ^{1,3,4,6,13}	Tirinhas de frango com molho agri-doce + arroz branco ^{6,7,12} <i>Chicken strips with bittersweet sauce and white rice</i> ^{6,7,12}	Pastéis de bacalhau + arroz de tomate ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14} <i>Fried cod patties with tomato rice</i> ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14}	Frango à tomatada + esparguete ^{1,3,6,9,10,12} <i>Roasted chicken with tomato sauce and boiled spaghetti</i> ^{1,3,6,9,10,12}
Vegetariano <i>Vegetarian</i>	Caril de grão-de-bico com legumes + massa cozida ¹ <i>Chickpea curry with vegetables and boiled pasta</i> ¹	Tomates recheados com jardineira de legumes + batata cozida ¹² <i>Stuffed tomatoes with vegetables and boiled potatoes</i> ¹²	Jardineira de Soja ^{1,6,8,11,12} <i>Chicken strips with bittersweet sauce and white rice</i> ^{6,7,12}	Paella colorida de vegetais (cogumelos, feijão, pimentos, tomate, brócolos) ^{9,12} <i>Colorful paella (rice stew with mushrooms, beans, peppers, tomatoes and broccoli)</i> ^{9,12}	Lasanha de espinafres (natas de soja) ^{1,6} <i>Spinach lasagna (soy cream)</i> ^{1,6}
Jantar <i>Dinner</i> (<u>take-away</u>)	Lombinhos de pescada no forno + batata-doce salteada ⁴ <i>Roasted hake medallions with sautéed sweet potatoes</i> ⁴	Carne de porco à alentejana ^{2,4,6,12,13} <i>Stewed pork Alentejana style with mixed salad</i> ^{2,4,6,12,13}	Salada de pota com batata, legumes e molho verde ¹⁴ <i>Squid salad with potatoes, vegetables and green sauce</i> ¹⁴	Caçarola de carne de vaca com feijão vermelho e tomilho + batatinhas assadas ¹² <i>Stewed beef with red beans, thyme and roasted potatoes</i> ¹²	Filetes de abrótea assados com pimentos + salada-russa ⁴ <i>Roasted forkbeard fillets with peppers and potato salad with green bean, carrots and peas</i> ⁴
Sobremesa <i>Dessert</i>	Mousse de Chocolate ⁷ <i>Chocolate mousse</i> ⁷	Fruta da época / Sobremesa Doce ^{1,3,7} <i>Fresh fruit / Sweet dessert</i> ^{1,3,7}	Fruta da época <i>Fresh fruit</i>	Fruta da época / Sobremesa Doce ^{1,3,7} <i>Fresh fruit / Sweet dessert</i> ^{1,3,7}	Fruta da época <i>Fresh 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