

CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

20 - 24 DE JANEIRO – JANUARY 20th to 24th, 2025



SASE
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

|  | Segunda – feira <i>Monday</i> 20 | Terça – feira <i>Tuesday</i> 21 | Quarta – feira <i>Wednesday</i> 22 | Quinta – feira <i>Thursday</i> 23 | Sexta – feira <i>Friday</i> 24 |
|---|--|--|---|---|--|
| Sopa <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 ³ / Creme de legumes (vegan) <i>Chicken soup³ / Vegetable cream (vegan)</i> | Creme de cebola, alho-francês, courgete e couve-flor <i>Onion cream, leek, zucchini, and cauliflower.</i> |
| Peixe/Carne <i>Fish/ Meat</i> | Pescada à zé do Pipo ^{3,4} com puré de batata e jardineira salteada <i>Zé do Pipo hake^{3,4} with mashed potatoes and sautéed vegetables</i> | Frango com citrinos no forno com massa espiral ¹ salteada e cenoura raspada <i>Baked citrus chicken with sautéed spiral pasta¹ and grated carrots</i> | Pastéis de bacalhau ^{1,3,4} fritas com arroz de tomate e salada de alface e cebola <i>Codfish fritters^{1,3,4} with tomato rice and lettuce and onion salad</i> | Assado misto (porco, frango e chouriço ^{1,6,7,12}) com batata rosada, cenoura, couve-roxa e repolho <i>Mixed roast (pork, chicken and chorizo^{1,6,7,12}) with pink potatoes, carrots, purple kale and cabbage</i> | Lasanha de atum ^{1,4,7} Salada de alface e tomate com orégãos <i>Tuna lasagna^{1,4,7} Lettuce and tomato salad with oregano</i> |
| Vegetariano <i>Vegetarian</i> | Alho-francês à brás com jardineira salteada <i>Brás style leek with sautéed vegetables</i> | Hambúrguer ^{1,5,6,8} vegetariano estufado com arroz de cenoura e cenoura raspada <i>Vegetarian burger^{1,5,6,8} stewed with carrot rice and grated carrot</i> | Empadão ⁶ de lentilhas com salada de alface e cebola <i>Lentil pie with lettuce and onion salad</i> | Espiral ¹ com brócolos, cogumelos, cenoura couve-roxa e repolho <i>Spiral¹ with broccoli and mushrooms, carrots, purple cabbage and kale</i> | Estufado de feijão-branco com cenoura, tomate e couve-penca com batata-doce Salada de alface e tomate com orégãos <i>Stew of white beans with carrot, tomato, and kale with sweet potato Lettuce and tomato salad with oregano</i> |
| Jantar <i>Dinner</i> <u>(take-away)</u> | Hambúrguer ^{1,3} de vaca estufado com arroz e jardineira salteada <i>Beef burger^{1,3} stewed with rice and sautéed vegetables</i> | Salada de atum ⁴ com jardineira (batata, ervilha, cenoura, feijão-verde) Cenoura raspada Tuna salad ⁴ with mixed vegetables (potato, peas, carrot, green beans) Grated carrot | Massada ¹ de frango com cenoura, repolho, salsicha ^{1,6,7,10} e salada de alface e cebola <i>Chicken pasta¹ with carrots, cabbage, sausage^{1,6,7,10} and lettuce and onion salad</i> | Pudim de pescada ^{1,3,4,7} com cenoura, couve-roxa e repolho <i>Hake pudding^{1,3,4,7} with carrots, purple kale and cabbage</i> | Ervilhas estufadas com cenoura e ovo ³ escalfado Salada de alface e tomate com orégãos <i>Stewed peas with carrot and poached egg³ Lettuce and tomato salad with oregano</i> |
| Sobremesa <i>Desert</i> | Fruta da época <i>Fruit</i> | Gelatina / Fruta <i>Jelly / Fruit</i> | Fruta da época <i>Fruit</i> | Arroz-doce ^{3,7} / Fruta <i>Sweet rice^{3,7}/ 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 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