



## Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo Ementa Almoço<sub>1</sub> | 01 a 05 de julho de 2024

### Segunda

Sopa	Brócolos
Prato	Frango assado + arroz branco <sup>1,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Legumes à Brás <sup>3</sup>
Sobremesa	Fruta da época



### Terça

Sopa	Alho-francês com cenoura raspada
Prato	Omelete (cebola, linguiça, azeitonas, pimentos) + massa espiral <sup>1,3,7</sup>
Prato Vegetariano	Caril de lentilhas + arroz branco <sup>12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Quarta

Sopa	Creme de tomate
Prato	Feijoada à Transmontana <sup>12</sup>
Prato Vegetariano	Rancho de grão-de-bico com batata <sup>4,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Quinta

Sopa	Brócolos e nabijas
Prato	Rissóis de peixe + arroz de espinafres <sup>1,3,4,6,7,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Lasanha de soja <sup>1,3,6,7,10,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Sexta

Sopa	Canja de galinha
Prato	Salada de frango c/ batata, cenoura raspada, ovo, milho e feijão-verde <sup>1,3,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Massada de feijão-frade c/ azeitonas e legumes <sup>1,3,10,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

5<sup>th</sup> July  
NATIONAL  
Bikini Day



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição. A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten., <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.





UAc  
UNIVERSIDADE  
DOS AÇORES



gertal

## Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo Ementa Almoço<sub>2</sub> | 08 a 12 de julho de 2024

### Segunda

Sopa	Couve de Bruxelas e couve-flor
Prato	Ervilhas guisadas com ovo <sup>1,3,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Empadão de cogumelos e espinafres <sup>1,3,7,10,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Terça

Sopa	Juliana de legumes
Prato	Frango guisado com massa espiral <sup>1,3,12</sup>
Prato Vegetariano	Pataniscas de legumes + arroz de tomate <sup>1,3,7,10,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Quarta

Sopa	Couve de Bruxelas
Prato	Peixe frito + batata cozida <sup>1,4</sup>
Prato Vegetariano	Maionese de feijão-preto, batata, ovo, milho e legumes <sup>1,3</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Quinta

Sopa	Grão-de-bico e nabiças
Prato	Carne de vaca guisada com arroz <sup>12</sup>
Prato Vegetariano	Bolonhesa de Soja <sup>1,3,6,7,10,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Sexta

Sopa	Caldo verde
Prato	Strogonoff de frango + massa espiral <sup>1,3,7,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Grão-de-bico estufado c/ cenoura e açafrão + arroz branco <sup>12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição. A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten., <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.





UAc  
UNIVERSIDADE  
DOS AÇORES



gertal

## Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo Ementa Almoço<sub>3</sub> | 15 a 19 de julho de 2024

### Segunda

<b>Sopa</b>	Couve de Bruxelas com curgete
<b>Prato</b>	Feijoada de paloco <sup>4,12</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Espiritual de Soja no forno (c/ batata, cenoura ripada e azeitonas) <sup>1,6,7,10,12</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

### Terça

<b>Sopa</b>	Brócolos com couve
<b>Prato</b>	Pernas de frango assadas + puré de batata <sup>1,3,7,10,12</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Chili vegetariano (feijão, milho, pimentos) + arroz branco <sup>1,10,12</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

### Quarta

<b>Sopa</b>	Nabo, abóbora e espinafres
<b>Prato</b>	Arroz Xau-Xau (ovos mexidos, salsichas, ervilhas, cenoura) <sup>1,3,6,7,10,12</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Macarronete de lentilhas c/ cominhos <sup>1,3,10,12</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

### Quinta

<b>Sopa</b>	Cenoura
<b>Prato</b>	Jardineira de novilho + esparguete <sup>1,3,12</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Sonhos de legumes caseiros + arroz de espinafres <sup>1,3,10,12</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

### Sexta

<b>Sopa</b>	Peixe <sup>1,3,4</sup>
<b>Prato</b>	Peixe assado + batata cozida <sup>1,4,10,12</sup>
<b>Prato Vegetariano</b>	Salada russa de feijão-frade c/ ovo e molho verde <sup>3</sup>
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição. A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten., <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.





## Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo Ementa Almoço<sub>4</sub> | 22 a 26 de julho de 2024

### Segunda

Sopa	Cenoura
Prato	Filetes panados + arroz de feijão <sup>1,3,4,6,7,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Alho-francês à Brás <sup>3</sup>
Sobremesa	Fruta da época

22 DE JULHO  
DIA MUNDIAL DO CÉREBRO



### Terça

Sopa	Couve-flor com agrião
Prato	Favas guisadas com ovo <sup>1,3,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Couscous de grão-de-bico com legumes <sup>1,3,10,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Quarta

Sopa	Canja (com massinha) <sup>1,3</sup>
Prato	Alcatra de frango com arroz branco <sup>1,3</sup>
Prato Vegetariano	Feijão assado simples + arroz branco <sup>12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

Dia dos Primos  
24 de julho



### Quinta

Sopa	Tomate e cenoura
Prato	Hambúrguer grelhado + esparguete <sup>1,3,6,7,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Pataniscas vegetarianas + esparguete <sup>1,3,7,10,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Sexta

Sopa	Creme de repolho com espinafres
Prato	Lasanha de atum <sup>1,3,4,7,10,12</sup>
Prato Vegetariano	Massada de soja c/ legumes salteados <sup>1,3,6,7,10,12</sup>
Sobremesa	Fruta da época



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição. A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten., <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

