



Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo

Ementa Almoço₁ | 01 a 05 de julho de 2024

Segunda

Sopa	Brócolos
Prato	Frango assado + arroz branco ^{1,10,12}
Prato Vegetariano	Legumes à Brás ³
Sobremesa	Fruta da época



Terça

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

Quarta

Sopa	Creme de tomate
Prato	Feijoada à Transmontana ¹²
Prato Vegetariano	Rancho de grão-de-bico com batata ^{4,12}
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Brócolos e nabijas
Prato	Rissóis de peixe + arroz de espinafres ^{1,3,4,6,7,10,12}
Prato Vegetariano	Lasanha de soja ^{1,3,6,7,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

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

5th 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: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. 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 Almoço₂ | 08 a 12 de julho de 2024

Segunda

Sopa	Couve de Bruxelas e couve-flor
Prato	Ervilhas guisadas com ovo ^{1,3,10,12}
Prato Vegetariano	Empadão de cogumelos e espinafres ^{1,3,7,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Juliana de legumes
Prato	Frango guisado com massa espiral ^{1,3,12}
Prato Vegetariano	Pataniscas de legumes + arroz de tomate ^{1,3,7,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Couve de Bruxelas
Prato	Peixe frito + batata cozida ^{1,4}
Prato Vegetariano	Maionese de feijão-preto, batata, ovo, milho e legumes ^{1,3}
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Grão-de-bico e nabiças
Prato	Carne de vaca guisada com arroz ¹²
Prato Vegetariano	Bolonhesa de Soja ^{1,3,6,7,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Caldo verde
Prato	Strogonoff de frango + massa espiral ^{1,3,7,10,12}
Prato Vegetariano	Grão-de-bico estufado c/ cenoura e açafrão + arroz branco ¹²
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: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. 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 Almoço₃ | 15 a 19 de julho de 2024

Segunda

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

Terça

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

Quarta

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

Quinta

Sopa	Cenoura
Prato	Jardineira de novilho + esparguete ^{1,3,12}
Prato Vegetariano	Sonhos de legumes caseiros + arroz de espinafres ^{1,3,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Peixe ^{1,3,4}
Prato	Peixe assado + batata cozida ^{1,4,10,12}
Prato Vegetariano	Salada russa de feijão-frade c/ ovo e molho verde ³
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: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. 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 Almoço₄ | 22 a 26 de julho de 2024

Segunda

Sopa	Cenoura
Prato	Filetes panados + arroz de feijão ^{1,3,4,6,7,10,12}
Prato Vegetariano	Alho-francês à Brás ³
Sobremesa	Fruta da época

22 DE JULHO
DIA MUNDIAL DO CÉREBRO



Terça

Sopa	Couve-flor com agrião
Prato	Favas guisadas com ovo ^{1,3,10,12}
Prato Vegetariano	Couscous de grão-de-bico com legumes ^{1,3,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Canja (com massinha) ^{1,3}
Prato	Alcatra de frango com arroz branco ^{1,3}
Prato Vegetariano	Feijão assado simples + arroz branco ¹²
Sobremesa	Fruta da época

Dia dos Primos
24 de julho



Quinta

Sopa	Tomate e cenoura
Prato	Hambúrguer grelhado + esparguete ^{1,3,6,7,10,12}
Prato Vegetariano	Pataniscas vegetarianas + esparguete ^{1,3,7,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Creme de repolho com espinafres
Prato	Lasanha de atum ^{1,3,4,7,10,12}
Prato Vegetariano	Massada de soja c/ legumes salteados ^{1,3,6,7,10,12}
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: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

