



Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo

Ementa Almoço¹ | 16 a 20 de março de 2026

Segunda

Sopa	Crepe de couve-flor com hortelã
Prato	Croquetes de carne no forno + arroz de cenoura ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14}
Prato Vegetariano	Croquetes de legumes + arroz de cenoura ^{1,3,6,9,10,11,12}
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Abóbora com ervilhas inteiras
Prato	Salada de atum c/ batata, milho, jardineira de legumes, ovo cozido raspado e azeitonas ^{1,3,4,8,9,10,12,13}
Prato Vegetariano	Salada de grão e legumes com batata aos cubinhos ^{1,9,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Feijão-branco com couve-lombarda ^{6,12,13}
Prato	Frango assado + macarronete com jardineira de legumes ^{1,3,7,9,10,12}
Prato Vegetariano	Macarronete de lentilhas ^{1,3,6,9,12,13}
Sobremesa	Fruta da época/ Sobremesa doce ^{1/3/7}

Quinta

Sopa	Purê de legumes ⁹
Prato	Paloco de natas ^{1,4,7,10,12}
Prato Vegetariano	Gratinado de cogumelos com batata e legumes no forno ^{1,7,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Tomate com massinhas ^{1,3}
Prato	Feijoada à Transmontana (repolho, cenoura, carne de porco, enchidos) c/ arroz branco ^{1,3,6,7,8,10,13}
Prato Vegetariano	Feijoada de soja c/ arroz branco ^{1,3,6,9,10,12,13}
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 Almoço₂ | 23 a 27 de março de 2026

Segunda | Dia Mundial da Meteorologia

Sopa	Creme de alho-francês
Prato	Almôndegas estufadas com molho de tomate e esparguete ^{1,3,6,7,12}
Prato Vegetariano	Almôndegas de Soja com esparguete cozido ⁶
Sobremesa	Fruta da época



Terça | Dia Mundial da Tuberculose

Sopa	Caldo Verde ^{1,12} / Caldo Verde (sem chouriço)
Prato	Salada de atum com batata, ovo e legumes ^{3,4}
Prato Vegetariano	Salada de grão-de-bico c/ batata, cenoura às rodelas, cebola, salsa e azeitonas ^{1,6,9,10,11,12}
Sobremesa	Fruta da época



Quarta

Sopa	Juliana de legumes ⁹
Prato	Lasanha de frango com legumes ^{1,3,7,9,10,12}
Prato Vegetariano	Lasanha de legumes ^{1,3,6,7,9,10,12}
Sobremesa	Fruta da época/ Sobremesa doce ^{1/3/7}



Quinta | Dia do Livro Português

Sopa	Creme de cenoura com ervilha
Prato	Rissóis de peixe com arroz de cenoura ^{1,3,4,6,8,9,10,12,13}
Prato Vegetariano	Pataniscas de feijão com arroz de cenoura ^{1,9,10,12}
Sobremesa	Fruta da época



Sexta | Dia Mundial do Teatro

Sopa	Grão-de-bico com hortaliças ^{6,12,13}
Prato	Lombo de porco assado em molho de tomate com batata assada ^{1,9,10,12}
Prato Vegetariano	Empadão de ervilhas e legumes ^{1,3,6,9,10,12,13}
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, ¹³Tremçoço, 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 | 6 a 10 de abril de 2026

Segunda |



Sopa
Prato
Prato
Vegetariano
Sobremesa

Terça | Dia Mundial da Saúde

Sopa Feijão encarnado com repolho^{6,12,13}
Prato Bolonhesa de carne de vaca com cogumelos e pimentos^{1,3,7,9,10,12}
Prato Bolonhesa de soja com cogumelos e pimentos^{1,3,6,9,11,12}
Vegetariano
Sobremesa Fruta da época



Quarta

Sopa Canja de galinha³/ Creme de legumes
Prato Empadão de atum com legumes^{1,3,4,6,7,12}
Prato Grão-de-bico c/ salada russa (batata e jardineira de legumes) e molho verde^{1,6,9,10,12,13}
Vegetariano
Sobremesa Fruta da época/ Sobremesa doce^{1/3/7}

Quinta

Sopa Abóbora com espinafres
Prato Frango no forno c/ limão e arroz branco^{1,9,10,11,12}
Prato Risoto de legumes^{1,12}
Vegetariano
Sobremesa Fruta da época



Sexta | Dia Mundial da Homeopatia

Sopa Primavera (cenoura, ervilha, feijão-verde)
Prato Filetes panados no forno com salada de massa (milho, cenoura, azeitonas, salsa)^{1,3,4,7,10,12,13}
Prato Empadão de lentilhas c/ batata (tomate, pimentos, cebolada, molho de tomate, açafraão, cominhos/ coentros)^{1,6,9,10,11,12}
Vegetariano
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 | 13 a 17 de abril de 2026

Segunda | Dia do Beijo

Sopa	Couve-flor com cenoura ripada
Prato	Hambúrguer no forno com molho de tomate + arroz de legumes ^{1,3,6,7,9,12}
Prato Vegetariano	Hambúrguer vegetariana no forno + arroz de legumes ^{1,6,9,10,11,12}
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Ervilha com abóbora
Prato	Carbonara de atum com massa e legumes ^{1,3,4,7,9,10,12}
Prato Vegetariano	Carbonara de feijão-frade c/ massa e legumes ^{1,3,7,9,10,12}
Sobremesa	Fruta da época

Quarta | Dia Mundial da Arte

Sopa	Creme de tomate
Prato	Chili com carne + arroz branco e cenoura ^{1,10,12}
Prato Vegetariano	Chili de soja com arroz branco e cenoura ^{1,6,10,12}
Sobremesa	Fruta da época/ Sobremesa doce ^{1/3/7}



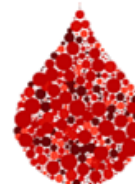
Quinta | Dia Mundial da Voz

Sopa	Grão-de-bico com couve ripada ^{6,12,13}
Prato	Pataniscas de peixe + massa primavera ^{1,3,4,6,7,9,10,12}
Prato Vegetariano	Pastéis de legumes + massa primavera ^{1,6,9,10,11,12}
Sobremesa	Fruta da época



Sexta | Dia Mundial da Hemofilia

Sopa	Creme de brócolos
Prato	Peito de frango c/ molho de cogumelos + arroz branco ^{1,7,9,10,12}
Prato Vegetariano	Ervilhas estufadas em molho de tomate + arroz branco ^{1,10,12}
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.