

Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Semana de 13 a 17 de março de 2023
Almoço Vegetariano,

Segunda

Sopa Nabo, abóbora e nabiças

Geral Feijão estufado com cenoura, cogumelos e pimentos + batata cozida^{1,6,9,10,12,13}

Sobremesa Fruta da época

Terça – Dia do Pi (π)

Sopa Creme de repolho com espinafres

Geral Omelete de cebola e orégãos + massa espiral^{1,3,9,10,12}

Sobremesa Fruta da época/Doce^{3,7}

Quarta

Sopa Abóbora com agrião

Geral Mistura de brócolos assada com azeite e ervas aromáticas + arroz branco^{1,9,10,12}

Sobremesa Fruta da época

Quinta

Sopa Juliana de legumes⁹

Geral Soja estufada com molho de mostarda e natas + arroz de espinafres^{1,6,7,9,10,11,12}

Sobremesa Fruta da época/ Doce^{3,7}

Sexta

Sopa Alho francês com hortelã

Geral Legumes à Brás^{1,3,4,8,9,10,12,13}

Sobremesa Fruta da época

Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Semana de 20 a 24 de março de 2023
Almoço Vegetariano₂

Segunda – Início da Primavera

Sopa Tomate

Geral Cuscuz de ervilha e legumes^{1,3,9,10,12}

Sobremesa Fruta da época

Terça – Dia Mundial da Árvore

Sopa Creme de alho francês

Geral Tortilha de espinafres e cenoura com batata^{1,3,9,10,12}

Sobremesa Fruta da época/Doce^{3,7}

Quarta – Dia Mundial da Água

Sopa Nabiças, alho francês e abóbora

Geral Pica-pau de cogumelos (*pickles*, azeitonas, salsa) com batata rosada^{1,4,8,9,10,12,13}

Sobremesa Fruta da época

Quinta

Sopa Couves-de-bruxelas e couve-flor

Geral Massada de soja com molho de tomate, pimentos e manjeriço^{1,3,6,9,10,12,11,13}

Sobremesa Fruta da época/ Doce^{3,7}

Sexta

Sopa Juliana de legumes⁹

Geral Salteado de grão com cenoura, alho francês e alecrim + batata assada^{1,6,9,10,12,13}

Sobremesa Fruta da época

Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Semana de 27 a 31 de março de 2023
Almoço Vegetariano₃

Segunda – Dia Mundial do Teatro

Sopa Alho francês e cenoura ripada

Geral Feijão guisado com legumes e macarrão^{1,3,6,9,10,12,13}

Sobremesa Fruta da época

Terça

Sopa Couve branca e nabiças

Geral Gratinado de mistura de brócolos com batata-doce^{1,3,7,9,10,12}

Sobremesa Fruta da época/Doce^{3,7}

Quarta

Sopa Fava com agrião

Geral Ovos escalfados em molho de tomate e salsa + batata assada^{1,3,9,10,12}

Sobremesa Fruta da época

Quinta

Sopa Nabo, abóbora e nabiças

Geral Bolonhesa de soja e legumes^{1,3,6,9,10,11,12}

Sobremesa Fruta da época/ Doce^{3,7}

Sexta

Sopa Creme de tomate

Geral Favas estufadas com curgete, cogumelos e batata^{1,9,10,12}

Sobremesa Fruta da época