

CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH



SASE
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

Menu Intolerâncias / Intolerances Menu

Intolerâncias apenas às proteínas do leite de vaca e glúten

Intolerances to cow's milk and gluten proteins

7 – 11 DE JULHO | JULY 7th - 11th, 2025

	Segunda – feira <i>Monday</i> 07	Terça – feira <i>Tuesday</i> 08	Quarta – feira <i>Wednesday</i> 09	Quinta – feira <i>Thursday</i> 10	Sexta – feira <i>Friday</i> 11
Sopa <i>Soup</i>	Creme de couve-flor <i>Cauliflower purée</i>	Canja de Galinha ³ / Creme de Legumes <i>Chicken broth / Vegetable purée</i> ³	Abóbora com ervilhas <i>Pumpkin with peas</i>	Feijão com couve-lombarda <i>Bean with cabbage</i>	Tomate com espinafres <i>Tomato with spinach</i>
Menu Intolerâncias almoço <i>Intolerances lunch menu</i>	Bolonhesa de carne de vaca com esparguete s/ glúten ¹² <i>Stewed minced beef with gluten free spaghetti¹²</i>	Tomates recheados com jardineira de legumes + batata cozida ¹² <i>Stuffed tomatoes with vegetables and boiled potatoes¹²</i>	Tirinhas de frango salteadas + arroz branco ¹² <i>Sautéed chicken strips with white rice¹²</i>	Paella colorida de vegetais (cogumelos, feijão, pimentos, tomate, brócolos) ^{9,12} <i>Colorful paella (rice stew with mushrooms, beans, peppers, tomatoes and broccoli)^{9,12}</i>	Frango à tomatada + esparguete s/ glúten ^{6,9,10,12} <i>Roasted chicken with tomato sauce and boiled gluten free spaghetti^{6,9,10,12}</i>
Menu Intolerâncias jantar <i>Intolerances dinner menu</i>	Lombinhos de pescada no forno + batata-doce salteada ⁴ <i>Roasted hake medallions with sautéed sweet potatoes⁴</i>	Carne de porco à alentejana ^{2,4,6,12,13} <i>Stewed pork Alentejana style with mixed salad^{2,4,6,12,13}</i>	Salada de pota com batata, legumes e molho verde ¹⁴ <i>Squid salad with potatoes, vegetables and green sauce¹⁴</i>	Caçarola de carne de vaca com feijão vermelho e tomilho + batatinhas assadas ¹² <i>Stewed beef with red beans, thyme and roasted potatoes¹²</i>	Filetes de abrótea assados com pimentos + salada-russa ⁴ <i>Roasted forkbeard fillets with peppers and potato salad with green bean, carrots and peas⁴</i>
Sobremesa <i>Dessert</i>	Mousse de Chocolate ⁷ <i>Chocolate mousse⁷</i>	Fruta da época / Sobremesa Doce ^{1,3,7} <i>Fresh fruit / Sweet dessert^{1,3,7}</i>	Fruta da época <i>Fresh fruit</i>	Fruta da época / Sobremesa Doce ^{1,3,7} <i>Fresh fruit / Sweet dessert^{1,3,7}</i>	Fruta da época <i>Fresh 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 – Amendoins; 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*