

# 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*

28 DE ABRIL A 2 DE MAIO | APRIL 21<sup>ST</sup> – MAY 2<sup>ND</sup>, 2025

	<b>Segunda – feira</b> <i>Monday</i> <b>28</b>	<b>Terça – feira</b> <i>Tuesday</i> <b>29</b>	<b>Quarta – feira</b> <i>Wednesday</i> <b>30</b>	<b>Quinta – feira</b> <i>Thursday</i> <b>01</b>	<b>Sexta – feira</b> <i>Friday</i> <b>02</b>
<b>Sopa</b> <i>Soup</i>	Tomate <i>Tomato</i>	Brócolos <i>Broccoli</i>	Creme de ervilhas <i>Pea cream</i>		Creme de legumes <i>Vegetable cream</i>
<b>Menu Intolerâncias almoço</b> <i>Intolerances lunch menu</i>	Pescada às lascas com ovo, legumes e batata às rodelas no forno com salsa e azeitonas Salada de pepino, tomate e cebola  <i>Flaked hake with egg, vegetables, and sliced potatoes baked with parsley and olives, served with a cucumber, tomato, and onion salad</i>	Bife de frango acebolado com esparguete salteado Cenoura baby e feijão verde salteados com alho  <i>Chicken steak with sautéed onions and spaghetti, served with baby carrots and green beans sautéed with garlic</i>	Courgette recheada com soja, batatinha assada e salada de alface e tomate  <i>Courgette stuffed with soy, roasted potatoes and lettuce and tomato salad</i>		Cogumelos salteados com arroz de feijão-preto, pimentos e cenoura e milho  <i>Sautéed mushrooms with black bean rice, peppers, carrots and corn</i>
<b>Menu Intolerâncias jantar</b> <i>Intolerances dinner menu</i>	Bifanas com arroz Salada de pepino, tomate e cebola  <i>Bifanas with rice Cucumber, tomato, and onion salad</i>	Medalhões de pescada no forno com cebolada e arroz branco  <i>Baked hake medallions with onion sauce and white rice</i>	Carne de vaca à jardineira Salada de alface e tomate  <i>Beef à Jardineira Lettuce and tomato salad</i>		Perninhas de frango no forno com arroz de feijão-preto, pimentos, cenoura e milho  <i>Baked chicken legs with black bean rice, peppers, carrots and corn</i>
<b>Sobremesa</b> <i>Desert</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Salada de fruta   Fruit salad	Fruta da época <i>Fruit</i>		Fruta da época <i>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 Sulfites; 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**