

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 only

	Segunda – feira <i>Monday</i> 16	Terça – feira <i>Tuesday</i> 17	Quarta – feira <i>Wednesday</i> 18	Quinta – feira <i>Thursday</i> 19	Sexta – feira <i>Friday</i> 20
Sopa <i>Soup</i>	Feijão-branco com repolho <i>White bean with cabbage</i>	Abóbora e couve lombarda <i>Pumpkin and savoy kale</i>	Creme de brócolos e couve-flor <i>Broccoli and cauliflower cream</i>	Canja de galinha / Creme de legumes (vegan) <i>Chicken soup / Vegetable cream (vegan)</i>	Creme de cebola, alho-francês, curgete e couve-flor <i>Onion, leek, courgette and cauliflower cream</i>
Menu Intolerâncias almoço <i>Intolerances lunch menu</i>	Pescada no forno com batata às rodelas, cebolada e jardineira salteada <i>Baked hake with sliced potatoes, onion and sautéed vegetables</i>	Frango com citrinos com arroz de cenoura e cenoura raspada <i>Citrus chicken with carrot rice and grated carrot</i>	Arroz de bacalhau e salada de alface e cebola <i>Codfish rice and lettuce and onion salad</i>	Assado misto (porco, frango e chouriço) com batata rosada, cenoura, couve-roxa e repolho <i>Mixed roast (pork, chicken and chorizo) with pink potatoes, carrots, purple kale and cabbage</i>	Estufado de feijão-branco com cenoura, tomate e couve-penca com batata-doce e salada de alface e tomate com orégãos <i>White bean stew with carrots, tomatoes and cabbage with sweet potatoes and lettuce and tomato salad with oregano</i>
Menu Intolerâncias jantar <i>Intolerances dinner menu</i>	Chili de carne com arroz e jardineira salteada <i>Beef chilli with rice and sautéed vegetables</i>	Salada de atum com batata, jardineira e cenoura raspada <i>Tuna salad with potatoes, garden and grated carrot</i>	Bife de frango grelhado com arroz de tomate e salada de alface e cebola <i>Grilled chicken steak with tomato rice and lettuce and onion salad</i>	Posta de pescada no forno com batata assada, cenoura, couve-roxa e repolho <i>Baked fish fillet with roasted potatoes, carrots, purple kale and cabbage</i>	Ervilhas estufadas com cenoura, ovo escalfado e salada de alface e tomate com orégãos <i>Stewed peas with carrots, poached egg and lettuce and tomato salad with oregano</i>
Sobremesa <i>Desert</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Gelatina / Fruta <i>Jelly / Fruit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Arroz-doce / Fruta <i>Sweet rice/ Fruit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>

*Intolerâncias apenas às proteínas do leite de vaca e glúten / *Intolerances to cow's milk and gluten proteins only*

*Opção intolerâncias e vegetariano / *Intolerances and vegetarian option*

Obs: A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos / *The menu may change for unforeseen*