

# 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*

	<b>Segunda – feira</b> <i>Monday</i> <b>18</b>	<b>Terça – feira</b> <i>Tuesday</i> <b>19</b>	<b>Quarta – feira</b> <i>Wednesday</i> <b>20</b>	<b>Quinta – feira</b> <i>Thursday</i> <b>21</b>	<b>Sexta – feira</b> <i>Friday</i> <b>22</b>
<b>Sopa</b> <i>Soup</i>	Creme de abóbora e cenoura <i>Pumpkin and carrot cream</i>	Sopa de feijão-branco com repolho <i>White bean soup with cabbage</i>	Caldo Verde <i>Green Soup</i>	Sopa de grão com espinafres <i>Bean soup with spinach</i>	Sopa de feijão-verde <i>Green bean soup</i>
<b>Menu Intolerâncias almoço</b> <i>Intolerances lunch menu</i>	Feijoada de carnes (sem enchidos) com arroz branco Cenoura raspada  <i>Meat bean stew (without sausages) with white rice; grated carrot</i>	Salada de atum com jardineira Jardineira salteada com alho  <i>Tuna salad with mixed vegetables</i> <i>Sautéed mixed vegetables with garlic</i>	Frango assado com arroz de cenoura, repolho e cenoura raspada  <i>Roast chicken with carrot rice, cabbage and grated carrot</i>	Bacalhau assado com couves, batata e feijão (sem broa)  <i>Roasted cod with cabbage, potatoes and beans (without cornbread)</i>	Strogonoff vegetariano (cogumelos, cenoura, pimento vermelho e ervilhas com natas de soja) com arroz branco e salada de alface, cenoura e milho  <i>Vegetarian stroganoff (mushrooms, carrots, red pepper and peas with soy cream) with white rice and lettuce, carrot and corn salad</i>
<b>Menu Intolerâncias jantar</b> <i>Intolerances dinner menu</i>	Caril de pescada com batata e cenoura raspada  <i>Hake curry with potatoes and grated carrots</i>	Omelete de salsa com arroz branco e jardineira salteada com alho  <i>Parsley omelet with white rice and garden sautéed with garlic</i>	Red-fish assado no forno com batata assada, repolho e cenoura raspada  <i>Oven-roasted red fish with roast potatoes, cabbage and grated carrot</i>	Perna de porco estufada com arroz de cenoura e salada de alface, tomate e cebola  <i>Braised pork leg with carrot rice and lettuce, tomato and onion salad</i>	Medalhões de pescada estufado com salada de batata e legumes  <i>Stewed hake medallions with potato and vegetable salad</i>
<b>Sobremesa</b> <i>Desert</i>	Fruta da época  <i>Fruit</i>	Bolo de laranja / Fruta  <i>Orange cake / Fruit</i>	Fruta da época  <i>Fruit</i>	Salada de fruta  <i>Fruit salad</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***