

# 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*

19 – 24 DE MAIO – MAY 19<sup>TH</sup> – 24<sup>TH</sup>, 2025

|  | <b>Segunda – feira</b><br><i>Monday</i><br><b>19</b>                                                                                                                                                              | <b>Terça – feira</b><br><i>Tuesday</i><br><b>20</b>                                                                                                  | <b>Quarta – feira</b><br><i>Wednesday</i><br><b>21</b>                                                                                                          | <b>Quinta – feira</b><br><i>Thursday</i><br><b>22</b>                                                                                                                                                          | <b>Sexta – feira</b><br><i>Friday</i><br><b>23</b>                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sopa</b><br><i>Soup</i>                                                        | Peixe <sup>4</sup> / Creme de cenoura<br><i>Fish<sup>4</sup> / Carrot cream</i>                                                                                                                                   | Creme de ervilhas<br><i>Pea cream</i>                                                                                                                | Creme de grão com nabiça<br><i>Chickpea cream with turnip</i>                                                                                                   | Tomate<br><i>Tomato</i>                                                                                                                                                                                        | Juliana<br><i>Vegetables</i>                                                                                                                                     |
| <b>Menu Intolerâncias almoço</b><br><i>Intolerances lunch menu</i>                | Tiras de frango com pimentos e cenoura salteada e arroz de ervilhas<br>Salada de repolho e cenoura<br><br><i>Chicken strips with sautéed peppers and carrots, and pea rice</i><br><i>Cabbage and carrot salad</i> | Estufado de feijão-vermelho com cenoura e arroz branco<br><br><i>Red bean stew with carrots and white rice</i>                                       | Legumes salteados (jardineira) com arroz de açafrão<br><br><i>Sautéed vegetables with saffron rice</i>                                                          | Caril de grão-de-bico com batata, legumes e salada de alface, tomate e pepino<br><br><i>Chickpea curry with potatoes, vegetables and lettuce, tomato and cucumber salad</i>                                    | Carne de vaca à jardineira com salada de alface, cebola e milho<br><br><i>Beef stew with vegetables with lettuce, onion and corn salad</i>                       |
| <b>Menu Intolerâncias jantar</b><br><i>Intolerances dinner menu</i>               | Peixe-vermelho no forno com batata assada e salada de repolho e cenoura<br><br><i>Redfish in the oven with baked potatoes and cabbage and carrot salad</i>                                                        | Frango estufado com cenoura, ervilhas, arroz branco e cenoura raspada<br><br><i>Chicken stewed with carrots, peas, white rice and grated carrots</i> | Salada de grão, batata, bacalhau, ovo e brócolos e cenoura baby cozidas<br><br><i>Chickpea, potato, codfish, egg and broccoli salad and boiled baby carrots</i> | Assaduras de porco assadas com arroz branco de vilão, batata cozida e salada de alface, tomate e pepino<br><br><i>Roasted pork roast with white rice, boiled potato and lettuce, tomato and cucumber salad</i> | Arroz à Valenciana vegan com salsicha de soja<br>Salada de alface, cebola e milho<br><br>Vegan Valenciana rice with soy sausage, lettuce, onion, and corn salad. |
| <b>Sobremesa</b><br><i>Desert</i>                                                 | Mousse de chocolate <sup>3,7</sup> / Fruta da época<br><i>Chocolate mousse<sup>3,7</sup> / Fruit</i>                                                                                                              | Gelatina / Fruta da época<br><i>Jelly / Fruit</i>                                                                                                    | Fruta da época<br><i>Fruit</i>                                                                                                                                  | Fruta da época / Boca doce<br><i>Fruit / Sweet</i>                                                                                                                                                             | Fruta da época<br><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 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**