

CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

12 – 16 DE MAIO – MAY 12TH – 16TH, 2025



SASE
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

 Segunda – feira Monday 12	Terça – feira Tuesday 13	Quarta – feira Wednesday 14	Quinta – feira Thursday 15	Sexta – feira Friday 16
Sopa <i>Soup</i> Cenoura, cebola e alho-francês <i>Carrot, onion and leek soup</i>	Feijão-vermelho e couve <i>Red beans and kale</i>	Creme de legumes <i>Vegetable cream</i>	Agrião <i>Watercress</i>	Brócolos <i>Broccoli</i>
Peixe/Carne <i>Fish/ Meat</i> Massa de atum gratinada Salada de alface, milho e cebola <i>Baked pasta with tuna</i> <i>Carrot, onion and leek soup</i>	Assaduras com arroz e pickles Cenoura raspada <i>Roast with rice and pickles</i> <i>Grated carrot</i>	Bacalhau à Brás ^{3,4} com salada de alface, tomate e cebola <i>Brás style codfish^{3,4} with lettuce, tomato and onion salad</i>	Bife de frango com azeitonas, massa espiral ¹ salteada e salada de couve-roxa, repolho e cenoura <i>Chicken steak with olives, sautéed spiral pasta¹ and red cabbage, cabbage and carrot salad</i>	Filetes de pescada dourados ^{1,3,4} com arroz de tomate e salada de alface, milho e cebola <i>Golden hake fillets^{1,3,4} with tomato rice and lettuce, corn and onion salad</i>
Vegetariano <i>Vegetarian</i> Feijoada de legumes com salada de alface e cebola <i>Vegetable beans with lettuce and onion salad</i>	Legumes à Brás com cenoura raspada <i>Brás style vegetables with grated carrots</i>	Massada de legumes Salada de alface e tomate <i>Vegetable pasta</i> <i>Lettuce and tomato salad</i>	Migas vegetarianas (feijão-frade, couves e broa de milho) e salada de couve-roxa, repolho e cenoura <i>Vegetarian “migas” (black-eyed peas, cabbage and cornbread) and red cabbage, cabbage and carrot salad</i>	Bolonhesa de legumes com esparguete ¹ Salada de alface, tomate e pepino <i>Vegetable bolognese with spaghetti¹</i> <i>Lettuce, tomato, and cucumber salad</i>
Jantar <i>Dinner</i> <u>(take-away)</u> Frango estufado com arroz de cenoura e salada de alface e cebola <i>Stewed chicken with carrot rice and lettuce and onion salad</i>	Medalhões de pescada no forno Cenoura raspada <i>Baked hake medallions</i> <i>Grated carrot</i>	Ervilhas estufadas com chouriço ^{1,6,7,12} , ovo escalfado e salada de alface, tomate e cebola <i>Stewed peas with chorizo^{1,6,7,12}, poached egg and lettuce, tomato and onion salad</i>	Arroz de atum ⁴ com salada de couve-roxa, repolho e cenoura <i>Tuna rice⁴ with red cabbage, cabbage and carrot salad</i>	Esparguete ¹ à carbonara ⁷ com salada de alface, milho e cebola <i>Spaghetti¹ carbonara⁷ with lettuce, corn and onion salad</i>
Sobremesa <i>Desert</i> Fruta da época <i>Fruit</i>	Boca-doce ⁷ / Fruta da época <i>Sweet⁷ / Fuit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Gelatina / Fruta da época <i>Jelly / 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