


CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

31 DE MARÇO – 04 DE ABRIL – MARCH 31st – APRIL 4th, 2025



SASE
SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL ESCOLAR
UNIVERSIDADE DOS AÇORES

 Segunda – feira <i>Monday</i> 31	Terça – feira <i>Tuesday</i> 01	Quarta – feira <i>Wednesday</i> 02	Quinta – feira <i>Thursday</i> 03	Sexta – feira <i>Friday</i> 04
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>
Peixe/Carne <i>Fish/ Meat</i>	Lasanha de atum ⁴ Salada de alface, milho e cebola <i>Tuna⁴ Lasagna Lettuce, Corn, and Onion Salad</i>	Hambúrguer ^{1,3} de vaca grelhado com molho de tomate, esparguete e cenoura raspada <i>Grilled beef burger^{1,3} with tomato sauce, spaghetti and grated carrots</i>	Bacalhau à Brás ^{3,4} com salada de alface, tomate e cebola <i>Brás^{3,4} style codfish 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 spiral¹ pasta and red cabbage, cabbage and carrot salad</i>
Vegetariano <i>Vegetarian</i>	Pimento recheado com cogumelos e arroz de cenoura Salada de alface, milho e cebola <i>Stuffed Bell Peppers with Mushrooms and Carrot Rice Lettuce, Corn, and Onion Salad</i>	Legumes à Brás ³ com cenoura raspada <i>Brás³ style vegetables with grated carrots</i>	Croquetes ^{1,6} de espinafres com salada de cotovelo, milho, cenoura, azeitonas e salada de alface, tomate e cebola <i>Spinach croquettes^{1,6} with elbow salad, corn, carrots, olives and lettuce, tomato and onion salad</i>	Migas vegetarianas (feijão-frade, couves e broa de milho ¹) e salada de couve-roxa, repolho e cenoura <i>Vegetarian “migas” (black-eyed peas, cabbage and cornbread¹) and red cabbage, cabbage and carrot 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>	Caldeirada de pescada ⁴ com cenoura raspada <i>Hake⁴ stew with grated carrots</i>	Ervilhas estufadas com chouriço ^{1,6,7,12} , ovo ³ escalfado e salada de alface, tomate e cebola <i>Stewed peas with chorizo^{1,6,7,12}, poached egg³ and lettuce, tomato and onion salad</i>	Arroz de atum ⁴ com salada de couve-roxa, repolho e cenoura <i>Tuna⁴ rice with red cabbage, cabbage and carrot salad</i>
Sobremesa <i>Desert</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Boca-doce ⁷ / Fruta da época <i>Sweet⁷ / Fruit</i>	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 Sulfitos; 13- Tremeços; 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