





Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Ementa Almoço| 02 a 06 de novembro 2026

SEGUNDA

Sopa	Creme de espinafres[7,12]
Prato	Feijoada de potas + arroz branco[1,6,9,10,11,12,14]
Prato Vegetariano	Feijoada de legumes + arroz branco[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

TERÇA

Sopa	Creme de legumes[7,12]
Prato	Esparguete à Bolonhesa[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Esparguete à bolonhesa com soja triturada[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

QUARTA

Sopa	Sopa de lentilhas e abóbora[1,6,10,11]
Prato	Peixe à Gomes Sá[1,4,8,10,12,13]
Prato Vegetariano	Salada de ervilhas (batata, ervilha, ovo, cenoura e azeitona)[1,4,10,12,13]
Sobremesa	Fruta da época

QUINTA | Dia Mundial do Cinema

Sopa	Sopa de repolho com feijão-manteiga[7,12]
Prato	Peixe frito + arroz de tomate[1,3,4,6,10,12]
Prato Vegetariano	Bolinhos de grão-de-bico + arroz de tomate[1,6,9,10,11,12,13]
Sobremesa	Fruta da época

SEXTA

Sopa	Creme de tomate e ovo[3,7,12]
Prato	Frango assado com ervas + massa de legumes[1,6,10,11,12]
Prato Vegetariano	Soja estufada com massa e legumes[1,6,9,10,11,12,13]
Sobremesa	Fruta da época



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.
Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Ementa Almoço| 09 a 13 de novembro 2026

SEGUNDA

Sopa	Sopa de cebola com salsa[1,10,12]
Prato	Hambúrguer no forno com molho de tomate + massa com orégãos[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Hambúrguer vegetariana com molho de tomate + massa de orégãos[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

TERÇA

Sopa	Creme de cenoura e feijão-verde[7,12]
Prato	Arroz de marisco[1,2,4,6,9,10,11,12,14]
Prato Vegetariano	Caril de grão + arroz branco[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

QUARTA | Dia de São Martinho

Sopa	Sopa de abóbora com cominhos[1,7,10,12]
Prato	Lombo de porco assado + batata e castanhas assadas[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Soja guisada com legumes + batata e castanhas assada[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

QUINTA | Dia Mundial da Qualidade

Sopa	Curgete e couve-flor[7,12]
Prato	Peixe frito + arroz de feijão verde[1,3,4,6,10,12]
Prato Vegetariano	Pataniscas de legumes + arroz de feijão-verde[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

SEXTA

Sopa	Puré de legumes7[,12]
Prato	Pescada mimosa com legumes (batata e molho branco)[1,4,7,10,12]
Prato Vegetariano	Legumes mimosos (batata, ervilha, legumes, molho branco)[1,7,10,12]
Sobremesa	Fruta da época



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.
Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Ementa Almoço| 16 a 20 de novembro 2026

SEGUNDA | Dia internacional da Dieta Mediterrânica

Sopa	Salsa[7,12]
Prato	Peixe gratinado com crosta de pão[1,4,7,10,12]
Prato Vegetariano	Feijão estufado com batata e legumes[1,6,9,10,11,12]
Hortofrut.	Legumes do Mediterrâneo (curgete, pimento e cebola salteados)[1,10,12]
Sobremesa	Fruta da época

TERÇA

Sopa	Canja com arroz[1,6,9,10,11,12]/ Creme de legumes[7,12]
Prato	Chilli de carne picada + arroz branco[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Chilli de soja picada +arroz branco[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

QUARTA | Dia Europeu do Antibiótico

Sopa	Juliana de legumes[7,12]
Prato	Frango assado com limão e ervas + macarronete de cenoura ripada[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Rancho de grão-de-bico (massa, grão, cenoura)[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

QUINTA

Sopa	Creme de cenoura e ervilhas[7,12]
Prato	Empadão de atum[1,4,6,7,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Empadão de lentilhas[1,6,7,12]
Sobremesa	Fruta da época

SEXTA | Dia Nacional do Pijama

Sopa	Creme de grão-de-bico e hortaliças[6,7,12,13]
Prato	Filete de peixe dourado + arroz de espinafres[1,3,4,6,10,12]
Prato Vegetariano	Pasteis de legumes fritos + arroz de espinafres[1,3,6,10,12]
Sobremesa	Fruta da época



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.
Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.







Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Ementa Almoço| 23 a 27 de novembro 2026

SEGUNDA

Sopa	Creme de couve-flor com cenoura ripada[7,12]
Prato	Lasanha de atum com espinafres[1,3,4,6,7,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Lasanha de legumes[1,3,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

TERÇA | Dia Mundial da Ciência

Sopa	Creme de alho francês e nabiças[7,12]
Prato	
Prato Vegetariano	Omolete de legumes e queijo + salada russa (batata e macedónia)[1,3,7,10,12]
Sobremesa	Fruta da época

QUARTA | Dia Internacional para a Eliminação da Violência Contra as Mulheres

Sopa	Creme de tomate[7,12]
Prato	Bifanas estufadas com cebolada + arroz de feijão verde[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Soja estufada com cebolada + arroz de feijão verde[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

QUINTA | Dia de Ação de Graças

Sopa	*Creme de curgete*[7,12]
Prato	*Frango assado + massa com molho de abóbora*[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	*Feijão branco estufado com massa e abóbora*[1,6,10,12,13]
Sobremesa	*Fruta da época*



SEXTA

Sopa	Sopa de abóbora com massinha[1,6,7,10,12]
Prato	Peixe à espiritual[1,4,6,7,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Legumes à espiritual[1,6,7,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.
Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.







Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo
Ementa Almoço| 30 de novembro 2026

SEGUNDA

Sopa	Creme de abóbora e tomate[7,12]
Prato	Jardineira de frango[1,6,9,10,11,12]
Prato Vegetariano	Jardineira de soja[1,6,9,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações.
Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten., [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.