



Universidade dos Açores – Angra do Heroísmo

Ementa Almoço⁴ | 29 de setembro a 3 de outubro de 2025

Segunda | **Dia Internacional da Conscientização sobre Perda e Desperdício de Alimentos** | **Dia Mundial do Coração**

Sopa	Alho francês e cenoura raspada ¹²
Prato	Ervilhas guisadas com ovo ³
Prato Vegetariano	Rojões de soja à Portuguesa (com pickles, azeitonas e batatas) ^{1,3,7,9,10,12}
Sobremesa	Fruta da Época

Terça | **Dia Internacional do Podcast**

Sopa	Nabiças ¹²
Prato	Frango panado com arroz de feijão ^{1,3,6,7,10,12}
Prato Vegetariano	Couve-flor com grão e espinafres gratinados (com cebola roxa e pimentos) ^{1,3,7,9,10,12}
Sobremesa	Fruta da Época

Quarta | **Dia Mundial da Música** | **Dia Internacional do Idoso** | **Dia Internacional do Café** | **Dia Mundial do Vegetarianismo** | **Dia Nacional da Água**

Sopa	Caldo Verde ¹²
Prato	Caldeirada de Peixe com batata cozida ¹²
Prato Vegetariano	Chili de feijão, pimentos e milho + arroz branco ¹²
Sobremesa	Fruta da Época

Quinta

Sopa	Juliana de legumes ¹²
Prato	Bifanas grelhadas com molho de tomate e arroz de coentros ^{1,10,12}
Prato Vegetariano	Tortilha de feijão verde e cenoura + macarrão ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta da Época / Gelatina ⁷

Sexta | **Dia Mundial do Sorriso**

Sopa	Nabiças, alho francês e abóbora
Prato	Alcatra de frango com arroz de espinafres ¹²
Prato Vegetariano	Salada de feijão-frade, batata e legumes com molho verde
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: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremço, ¹⁴Moluscos. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

