



Serviços de Acção Social da Universidade do Algarve

ALMOÇOS DE 01 A 05 DE SETEMBRO/2009

	<i>ALMOÇOS</i>	<i>VEGETARIANO</i>
2ª Feira		
3ª Feira	Sopa: Paisana Prato de Carne: Bife de Vitela c/ Arroz e Batata Frita Prato de Peixe: Salmão c/ Molho Cremoso e Puré Sobremesa: Doce	Prato: Esparguete c/ Legumes e Natas
4ª Feira	Sopa: Espinafres Prato de Carne: Carne Guisada c/ Macarrão Prato de Peixe: Bacalhau à Brás Sobremesa: Fruta	Prato: Beringelas Recheadas
5ª Feira	Sopa: Feijão c/ Massa Prato de Carne: Borrego à Padeiro Prato de Peixe: Salada Russa c/ Atum Sobremesa: Doce	Prato: Pataniscas de Legumes
6ª Feira	Sopa: Creme de Agriões Prato de Carne: Stroganof de Peru c/ Esparguete Prato de Peixe: Calamares c/ Arroz Sobremesa: Fruta	Prato: Jardineira de Soja
Sábado	Sopa: Legumes Prato de Carne: Costoletas c/ Cerveja Prato de Peixe: Peixe Cozido c/ Todos Sobremesa: Fruta	

OBSERVAÇÕES:

Informamos os utentes que as refeições serão servidas, 50% de carne e 50% de peixe.

Solicitamos nos façam chegar sugestões de ementas.



Serviços de Acção Social da Universidade do Algarve

ALMOÇOS DE 07 A 12 DE SETEMBRO/2009

	<i>ALMOÇOS</i>	<i>VEGETARIANO</i>
2ª Feira	FERIADO	FERIADO
3ª Feira	Sopa: Creme de Cenoura Prato de Carne: Lasanha Prato de Peixe: Lulas Recheadas c/Puré Sobremesa: Doce	Prato: Macarrão no Forno
4ª Feira	Sopa: Caldo Verde Prato de Carne: Bife de Peru c/Molho de Cogumelos e Esparguete Prato de Peixe: Bacalhau Cozido c/Grão Sobremesa: Fruta	Prato: Esparguete c/Molho de Soja
5ª Feira	Sopa: Lentilhas Prato de Carne: Arroz de Pato Prato de Peixe: Feijoada de Chocos Sobremesa: Doce	Prato: Lacinhos c/Molho de Tomate
6ª Feira	Sopa: Juliana Prato de Carne: Esparguete à Bolonhesa Prato de Peixe: Massinha de Peixe Sobremesa: Fruta	Prato: Pilaf de Legumes
Sábado	Sopa: Repolho Prato de Carne: Hambúrgueres no Forno c/Batatas Frita Prato de Peixe: Filetes Dourados c/ Arroz Sobremesa: Fruta	

OBSERVAÇÕES:

Informamos os utentes que as refeições serão servidas, 50% de carne e 50% de peixe.

Solicitamos nos façam chegar sugestões de ementas.



ALMOÇOS DE 14 A 19 DE SETEMBRO/2009

	<i>ALMOÇOS</i>	<i>VEGETARIANO</i>
2ª Feira	Sopa: Creme de Abóbora Prato de Carne: Lombo de Porco Assado no Forno c/ Batatas Prato de Peixe: Douradinhos c/ Arroz de Coentros Sobremesa: Fruta	Prato: Fusilli Tricolor c/ Molho de Limão
3ª Feira	Sopa: Feijão Verde Prato de Carne: Frango na Púcara c/ Arroz Prato de Peixe: Pescada à Algarvia Sobremesa: Doce	Prato: Tortilha de Legumes
4ª Feira	Sopa: Couve-Flor Prato de Carne: Arroz à Valenciana Prato de Peixe: Bacalhau c/ Natas Sobremesa: Fruta	Prato: Estufado de Grão c/ Couve Lombarda
5ª Feira	Sopa: Creme de Favas Prato de Carne: Carne à Brás Prato de Peixe: Chocos Guisados c/ Batatas Sobremesa: Doce	Prato: Massa c/ Legumes e Ervas Aromáticas
6ª Feira	Sopa: Grão c/ Arroz e Espinafres Prato de Carne: Entrecosto no Forno c/ Batata Frita Prato de Peixe: Salada Russa c/ Atum Sobremesa: Fruta	Prato: Empadão de Soja
Sábado	Sopa: Legumes Prato de Carne: Febras de Cebolada c/ Batata Cozida Prato de Peixe: Filetes Dourados c/ Arroz de Ervilhas Sobremesa: Fruta	

OBSERVAÇÕES:

Informamos os utentes que as refeições serão servidas, 50% de carne e 50% de peixe.

Solicitamos nos façam chegar sugestões de ementas.



Serviços de Acção Social da Universidade do Algarve

ALMOÇOS DE 21 A 26 DE SETEMBRO/2009

	<i>ALMOÇOS</i>	<i>VEGETARIANO</i>
2ª Feira	Sopa: Repolho Prato de Carne: Tranches de Vitela c/Manga e Arroz Prato de Peixe: Arroz de Marisco Sobremesa: Fruta	Prato: Lacinhos c/Molho de Tomate
3ª Feira	Sopa: Agriões Prato de Carne: Caril de Frango c/ Arroz Prato de Peixe: Bacalhau à Espiritual Sobremesa: Doce	Prato: Strudel de Legumes
4ª Feira	Sopa: Alho Francês Prato de Carne: Costeletas Panadas c/ Arroz de Feijão Prato de Peixe: Peixe Estufado c/ Arroz de Açafrão Sobremesa: Fruta	Prato: Esparguete de Caril
5ª Feira	Sopa: Canja Prato de Carne: Espetadas c/Batata Frita Prato de Peixe: Pescada à Primavera Sobremesa: Doce	Prato: Pataniscas de Legumes
6ª Feira	Sopa: Ervilhas Prato de Carne: Borrego Guisado c/Batatas Prato de Peixe: Arroz de Polvo Sobremesa: Fruta	Prato: Salada de Feijão à Sudoeste
Sábado	Sopa: Juliana Prato de Carne: Bife de Peru c/Molho de Cogumelos Prato de Peixe: Filetes Gratinados c/Puré de Batata Sobremesa: Doce	

OBSERVAÇÕES:

Informamos os utentes que as refeições serão servidas, 50% de carne e 50% de peixe.

Solicitamos nos façam chegar sugestões de ementas.



ALMOÇOS DE 28 A 30 DE SETEMBRO/2009

	<i>ALMOÇOS</i>	<i>VEGETARIANO</i>
2ª Feira	Sopa: Creme de Legumes Prato de Carne: Almôndegas c/Batata Frita Prato de Peixe: Peixe Frito c/ Arroz de Tomate Sobremesa: Fruta	Prato: Búzios à Camponesa
3ª Feira	Sopa: Espinafres Prato de Carne: Strogonof de Peru c/Esparguete Prato de Peixe: Feijoada de Chocos Sobremesa: Doce	Prato: Tarte de Cogumelos
4ª Feira	Sopa: Feijão c/Massa Prato de Carne: Carne à Portuguesa Prato de Peixe: Pescada à Chefe Sobremesa: Fruta	Prato: Feijoada de Soja
5ª Feira		
6ª Feira		
Sábado		

OBSERVAÇÕES:

Informamos os utentes que as refeições serão servidas, 50% de carne e 50% de peixe.

Solicitamos nos façam chegar sugestões de ementas.