



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 18/10/2021 10:20:55

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

JUEVES, 21 DE OCTUBRE DE 2021

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Sopa de mi pueblo	Apio Gluten
Familia	Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Plato: Primero

Ingredientes

Acelgas
Cebolla
Puerros
Zanahorias
Habas baby
Patatas
Cerdo, paleta sin hueso
Huesos de jamón
Aceite de oliva
Gurullos
Hinojo, decoración
Caldo blanco de ave (elaboracion propia) *

* Pollo, caparzones Huesos de canilla Huesos de jamón Puerros Zanahorias Cebolla Apio Ajos Sal Agua

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes		Minerales	
Energía (Kcal)	99,3	Calcio (mg)	
Proteínas (g)	3,11	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	4,28	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	0,6	Zinc (mg)	
Grasas (g)	7,61	Selenio (mg)	
AGS (g)	1,21	Sodio (mg)	
AGM (g)	4,42	Potasio (mg)	
AGP (g)	0,68	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	3,91		

Denominación	Alérgenos
Plato alpujarreño	Gluten* Huevos
Familia	Técnica culinaria
Carnes	Plato: Segundo Fritura, plancha
Ingredientes	

Información adicional

(*) Trazas del alérgeno

- La información alérgica se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores, debido a los procesos de elaboración esta puede ser alterada, por lo que, si tiene duda, solicite información al personal de comedores.



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 18/10/2021 10:20:56

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Cebolla
Pimientos verdes
Patatas
Huevos de gallina, frito
Chorizo
Jamón serrano
Cerdo, lomo, filete
Aceite de oliva
Aceite de girasol

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	208
Proteínas (g)	11,5
Hidratos carbono (g)	6,35
IG (g)	0
Fibra (g)	0,89
Grasas (g)	14,9
AGS (g)	3,2
AGM (g)	5,74
AGP (g)	4,35
Colesterol (mg)	56,3

Minerales

Calcio (mg)	
Hierro (mg)	
Yodo (mg)	
Magnesio (mg)	
Zinc (mg)	
Selenio (mg)	
Sodio (mg)	
Potasio (mg)	
Fósforo (mg)	

Denominación

Alérgenos

Sandía

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Sandía

Información adicional

(*) Trazas del alérgeno

- La información alérgica se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores, debido a los procesos de elaboración esta puede ser alterada, por lo que, si tiene duda, solicite información al personal de comedores.



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 18/10/2021 10:20:56

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	20
Proteínas (g)	0,4
Hidratos carbono (g)	4,5
IG (g)	0
Fibra (g)	0,5
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,1
AGM (g)	0
AGP (g)	0,1
Colesterol (mg)	0

Minerales

Calcio (mg)	
Hierro (mg)	
Yodo (mg)	
Magnesio (mg)	
Zinc (mg)	
Selenio (mg)	
Sodio (mg)	
Potasio (mg)	
Fósforo (mg)	

Información adicional

(*) Trazas del alérgeno

- La información alérgica se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores, debido a los procesos de elaboración esta puede ser alterada, por lo que, si tiene duda, solicite información al personal de comedores.