



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:32

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

JUEVES, 20 DE FEBRERO DE 2020

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Crema de calabacín	Apio Gluten Lácteos
Familia	Técnica culinaria

Crema Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Apio
Calabacines
Cebolla
Puerros
Patatas
Jamón serrano, virutas
Aceite de girasol
Pan, frito
Queso, crema
Nata de cocinar
Mantequilla
Caldo de pollo (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

Energía (Kcal)	130
Proteínas (g)	4,98
Hidratos carbono (g)	7,3
IG (g)	0
Fibra (g)	0,95
Grasas (g)	8,72
AGS (g)	1,38
AGM (g)	1,38
AGP (g)	2,8
Colesterol (mg)	7,27

Minerales

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

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 13/02/2020 13:21:33

+ 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

Flan de queso y fruta

Alérgenos

Frutos secos (almendra o avellana) Lácteos
Pescado

Familia

Lácteos

Plato: Postre

Técnica culinaria

Ingredientes

Mango
Piña
Azúcar
Queso, cremoso
Nata de cocinar
Leche entera
Carne de membrillo
Gelatina neutra
Praline de frutos secos

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 13/02/2020 13:21:33

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	256,45
Proteínas (g)	7,31
Hidratos carbono (g)	20,21
IG (g)	0
Fibra (g)	
Grasas (g)	16,32
AGS (g)	
AGM (g)	
AGP (g)	
Colesterol (mg)	

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Refresco

Familia

Técnica culinaria

Salsas

Plato: Bebida

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.