



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:29

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

LUNES, 17 DE FEBRERO DE 2020

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Fideua	Crustáceos Gluten Moluscos Pescado Sulfitos
Familia	Técnica culinaria

Pasta y cereales

Plato: Primero

Ingredientes

Ajos

Judías verdes

Pimientos verdes

Tomate, triturado

Pimientos morrones

Rosada

Choco, o vaina

Gambas

Mejillón, carne

Pimentón, dulce

Aceite de oliva

Fideos

Majado, 1 dl aceite de oliva, 60 gr ajos, 0,03 gr azafrán hebra, 15 gr pimentón dulce, 1 dl vinagre

Fumet blanco de pescado (elaboracion propia) *

* Ajos Puerros Cebolla Pimienta negra, grano Laurel Rape espinas Vino blanco Perejil Agua Sal

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	209
Proteínas (g)	9,41
Hidratos carbono (g)	35,6
IG (g)	0
Fibra (g)	2,78
Grasas (g)	2,54
AGS (g)	0,4
AGM (g)	1,22
AGP (g)	0,56
Colesterol (mg)	20,7

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.



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:30

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

San Jacobo de cerdo

Gluten Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Carnes

Plato: Segundo

Ingredientes

Huevos de gallina

Jamón serrano

Cerdo, lomo

Aceite de girasol

Harina de trigo

Pan rallado

Queso

Leche entera

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	407
Proteínas (g)	11,3
Hidratos carbono (g)	10,5
IG (g)	0
Fibra (g)	0,88
Grasas (g)	35,2
AGS (g)	8,14
AGM (g)	10,4
AGP (g)	14,4
Colesterol (mg)	67,3

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Pimientos fritos

Gluten*

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Vegan Plato: Acompañamiento

Fritura

Ingredientes

Pimientos verdes

Sal

Aceite de girasol

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 13:21:30

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	141,26
Proteínas (g)	0,53
Hidratos carbono (g)	1,33
IG (g)	0
Fibra (g)	
Grasas (g)	14,54
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

Manzana

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Manzanas

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	50
Proteínas (g)	0,3
Hidratos carbono (g)	12
IG (g)	0
Fibra (g)	2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,2
AGM (g)	0,15
AGP (g)	0,11
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.



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:30

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Vino tinto

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Bebidas

Plato: Bebida

Ingredientes

Vino tinto

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.