



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Vicerrectorado de Responsabilidad  
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 21/06/2018 11:36:12

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



## Información de los platos

MIÉRCOLES, 27 DE JUNIO DE 2018

### MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
<b>Ensalada de queso fresco</b>	Lácteos Sésamo
Familia	Técnica culinaria

Lácteos

Plato: Primero

#### Ingredientes

Aguacates

Kiwis

Naranjas

Lechuga

Lechuga rizada

Lollo rosso

Tomate, cherry

Zanahorias

Maíz dulce

Aderezo, sésamo tostado y aceite de oliva

Queso, fresco

Espárragos

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

##### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	70,4
Proteínas (g)	1,93
Hidratos carbono (g)	4,8
IG (g)	0
Fibra (g)	2,14
Grasas (g)	4,35
AGS (g)	0,75
AGM (g)	2,46
AGP (g)	0,6
Colesterol (mg)	0,52

##### Minerales

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

Denominación	Alérgenos
<b>Plato alpujarreño</b>	Gluten* Huevos
Familia	Técnica culinaria

Carnes

Plato: Segundo Fritura, plancha

#### Ingredientes

Cebollas

#### 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.



## Información de los platos

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

### Melocotón

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

### Ingredientes

Melocotón

#### 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**

Vicerrectorado de Responsabilidad  
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 21/06/2018 11:36:13

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor**



## Información de los platos

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	39
Proteínas (g)	0,6
Hidratos carbono (g)	9
IG (g)	0
Fibra (g)	1,4
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,018
AGM (g)	0,061
AGP (g)	0,079
Colesterol (mg)	0

#### Minerales

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

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.