





UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Vicerrectorado de Responsabilidad  
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 11/10/2018 13:22:24

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



## Información de los platos

Pimienta

Denominación

Alérgenos

**Calabacín frito**

Gluten

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento

Fritura

### Ingredientes

Calabacines

Sal

Aceite de girasol

Harina de trigo

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	341
Proteínas (g)	1,89
Hidratos carbono (g)	7
IG (g)	0
Fibra (g)	1,22
Grasas (g)	33,7
AGS (g)	4,06
AGM (g)	6,89
AGP (g)	21,2
Colesterol (mg)	0

#### Minerales

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

Denominación

Alérgenos

**Melón**

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre

fresca

### Ingredientes

Melón

#### 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

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	27
Proteínas (g)	0,6
Hidratos carbono (g)	6
IG (g)	0
Fibra (g)	1
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,026
AGM (g)	0,013
AGP (g)	0,015
Colesterol (mg)	0

#### Minerales

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

#### Denominación

**Vino tinto**

#### Alérgenos

Sulfitos

#### Familia

Bebidas

#### Técnica culinaria

Plato: Bebida

#### Ingredientes

Vino tinto

## MENÚ 2

#### Denominación

**Espaguetis con salsa de tomate y albóndigas de espinacas**

#### Alérgenos

Apio Gluten Huevos Lácteos Sulfitos

#### Familia

Pasta y cereales

#### Técnica culinaria

Plato: Primero Cocción

#### Ingredientes

Cebollas

Orégano

Aceite de girasol

Espaguetis

Queso, parmesano y mozzarella

Caldo magro (elaboracion propia) \*

\* Cebollas Puerros Zanahorias Apio Tomate Perejil Ajos Laurel Tomillo Agua

Albóndigas (elaboracion propia) \*

\* Espinacas Ajos Pan Huevos de gallina Pan, rallado Pimienta Nuez moscada

Salsa de tomate (elaboracion propia) \*

\* Aceite de girasol Ajos Cebollas Puerros Zanahorias Calabaza Laurel Tomate triturado Azúcar Sal Acidulante E-330

#### 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 11/10/2018 13:22:25

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



## Información de los platos

Denominación

Alérgenos

**Huevos rellenos**

Gluten Huevos Lácteos Soja

Familia

Técnica culinaria

Huevos

Plato: Segundo

### Ingredientes

Cebollas

Puerros

Zanahorias

Champiñones

Harina

Huevos de gallina

Pimienta blanca, molida

Aceite de girasol

Pan, rallado

Leche entera, o nata

Mantequilla

Tofu

Denominación

Alérgenos

**Ensalada verde**

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento Verduras frescas

### Ingredientes

Lechuga

Aceite de oliva

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	164
Proteínas (g)	2,3
Hidratos carbono (g)	2,1
IG (g)	0
Fibra (g)	2,2
Grasas (g)	15,9
AGS (g)	2,4
AGM (g)	10,6
AGP (g)	2,1
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.



**UNIVERSIDAD  
DE GRANADA**

Vicerrectorado de Responsabilidad  
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 11/10/2018 13:22:25

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor**



## Información de los platos

Denominación

Alérgenos

### Melón

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

### Ingredientes

Melón

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

##### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	27
Proteínas (g)	0,6
Hidratos carbono (g)	6
IG (g)	0
Fibra (g)	1
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,026
AGM (g)	0,013
AGP (g)	0,015
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 alergénica 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.