



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Servicio de Comedores  
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:35

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

**MIÉRCOLES, 19 DE FEBRERO DE 2020**

### MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
<b>Salmorejo</b>	Huevos Sulfitos
Familia	Técnica culinaria
Sopas	Plato: Entrante
Ingredientes	
Ajos	
Tomate	
Huevos de gallina	
Jamón serrano, crujiente	
Vinagre	
Sal	
Aceite de oliva	
Aceite de girasol	

Denominación	Alérgenos
<b>Arroz montañés</b>	Apio Frutos secos (almendras) Sulfitos
Familia	Técnica culinaria
Arroz	Plato: Primero Cocción
Ingredientes	
Ajos	
Cebolla	
Pimientos verdes	
Tomate	
Pimiento seco, cornicabra	
Setas cultivadas, o champiñones	
Almendras	
Pollo, hígadillos, o de conejo	
Conejo	
Butifarra	
Cerdo, costillas	
Pollo, muslos	
Brandy	
Azafrán	
Laurel	
Tomillo	
Aceite de oliva	
Arroz	
Colorante	
Pimienta	
Caldo de carne (elaboración propia) *	

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 13:21:35

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

\* Huesos de cerdo Huesos de canilla Ternera o buey Cebolla Puerros Zanahorias Apio Agua Sal

Denominación

Alérgenos

**Pollo asado**

Apio Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Carnes

Plato: Segundo Asado

### Ingredientes

Ajos

Pimiento seco, cornicabra

Pollo

Vino blanco

Laurel

Sal perfumada, sal, tomillo, pimienta blanca, jengibre, pimenton dulce

Aceite de girasol

Fécula de maíz

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

Energía (Kcal)	143
Proteínas (g)	15,1
Hidratos carbono (g)	4,28
IG (g)	0
Fibra (g)	0,27
Grasas (g)	7,26
AGS (g)	1,86
AGM (g)	2,26
AGP (g)	1,7
Colesterol (mg)	71,1

#### Minerales

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

Denominación

Alérgenos

**Ensalada de verduras**

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Vegano Plato: Acompañamiento Cocción

### Ingredientes

Coliflor

Judías verdes

Tomate

Zanahorias

### 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 13:21:36

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

Vinagre

Sal

Aceite de oliva

Pepinos

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	142,6
Proteínas (g)	1,452
Hidratos carbono (g)	3,257
IG (g)	0
Fibra (g)	1,725
Grasas (g)	13,45
AGS (g)	1,963
AGM (g)	9,393
AGP (g)	1,435
Colesterol (mg)	0

#### Minerales

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

Denominación

Alérgenos

## Plátano

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

### Ingredientes

Plátanos

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	89
Proteínas (g)	1,2
Hidratos carbono (g)	20
IG (g)	0
Fibra (g)	3,4
Grasas (g)	0,3
AGS (g)	0,11
AGM (g)	0,04
AGP (g)	0,09
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 13:21:36

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor (PTS)**



## Información de los platos

Denominación

Alérgenos

**Vino tinto**

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Bebidas

Plato: Bebida

Ingredientes

Vino tinto

## MENÚ 2

Denominación

Alérgenos

**Salmorejo**

Huevos Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Sopas

Plato: Entrante

Ingredientes

Ajos

Tomate

Huevos de gallina

Jamón serrano, crujiente

Vinagre

Sal

Aceite de oliva

Aceite de girasol

Denominación

Alérgenos

**Paella de verduras**

Familia

Técnica culinaria

Arroz

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos

Alcachofas

Cebolla

Espárragos trigueros

Guisante

Judías verdes

Pimientos rojos

Tomate

Setas cultivadas

Azafrán

Sal

Aceite de oliva

Arroz

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 13:21:36

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

Perejil  
Pimienta  
Tirabeques

Denominación

Alérgenos

**Tortilla de patatas y queso azul**

Huevos Lácteos Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Huevos Plato: Segundo

Ingredientes

Cebolla  
Patatas  
Aceite de oliva  
Aceite de girasol  
Queso, azul y de barra  
Huevos

Denominación

Alérgenos

**Ensalada de verduras**

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Vegano Plato: Acompañamiento Cocción

Ingredientes

Coliflor  
Judías verdes  
Tomate  
Zanahorias  
Vinagre  
Sal  
Aceite de oliva  
Pepinos

### 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 13:21:36

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	142,6
Proteínas (g)	1,452
Hidratos carbono (g)	3,257
IG (g)	0
Fibra (g)	1,725
Grasas (g)	13,45
AGS (g)	1,963
AGM (g)	9,393
AGP (g)	1,435
Colesterol (mg)	0

#### Minerales

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

Denominación

Alérgenos

## Plátano

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

### Ingredientes

Plátanos

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	89
Proteínas (g)	1,2
Hidratos carbono (g)	20
IG (g)	0
Fibra (g)	3,4
Grasas (g)	0,3
AGS (g)	0,11
AGM (g)	0,04
AGP (g)	0,09
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 13:21:36

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor (PTS)**



## 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.