





Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

## LUNES, 23 DE JUNIO DE 2025

## MENÚ 1

		-	
Denominació	n		Alérgenos
Estofado de lentejas		Gluten*	
Familia			Técnica culinaria
Legumbres	Plato: Primero	Cocción	
	Ingredie	entes	
Ajos pelados Calabaza Cebolla			
Judías verdes Pimiento verde Zanahorias			
Pimiento seco Tomate triturado, lata			
Lenteja, seca Patatas Colorante amarillo			
Laurel			

## Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales	
Energía (Kcal)	153	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	9,96	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	20	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	7,45	Zinc (mg)	
Grasas (g)	2	Selenio (mg)	
AGS (g)	0,29	Sodio (mg)	
AGM (g)	0,94	Potasio (mg)	
AGP (g)	0,5	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	0		

	Denominación		Alérgenos
Plato alpujarreñ	ĭo		Gluten* Huevos
	Familia		Técnica culinaria
Carnes	Р	Plato: Segundo	Fritura, plancha
		Ingredie	entes

#### Información adicional

Aceite de oliva

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



#### Actualizado 17/06/2025 9:35:47

+ Información en la web: scu.ugr.es



Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

Cebolla

Pimiento verde

**Patatas** 

Huevos, frito

Chorizo

Jamón serrano

Cerdo, lomo, filete

Sal

Aceite de oliva

Aceite de girasol, para fritura

### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes		Minerales	
Energía (Kcal)	208	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	11,5	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	6,35	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	0,89	Zinc (mg)	
Grasas (g)	14,9	Selenio (mg)	
AGS (g)	3,2	Sodio (mg)	
AGM (g)	5,74	Potasio (mg)	
AGP (g)	4,35	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	56,3		

Denominación Alérgenos

## Piña

Familia Técnica culinaria

Frutas Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



+ Información en la web: scu.ugr.es



Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

## Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales	
Energía (Kcal)	49	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	0,5	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	11,5	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	1,2	Zinc (mg)	
Grasas (g)	0	Selenio (mg)	
AGS (g)	0	Sodio (mg)	
AGM (g)	0,1	Potasio (mg)	
AGP (g)	0,1	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	0		

## MENÚ 2

Denominación	Alérgenos
Estofado de lentejas	Sulfitos
Familia	Técnica culinaria
Legumbres Vegano Plato: Primero	
Ingredie	entes
Acelgas	
Ajos pelados	
Calabaza	
Cebolla	
Pimiento verde	
Zanahorias	
Pimiento seco, cornicabra	
Tomate triturado	
Lenteja, seca	
Patatas	
Colorante amarillo	
Laurel	
Pimentón dulce	
Aceite de oliva	

Denominación		Alérgenos	
Huevo frito con patatas a la española		Huevos	
	Familia	Técnica culinaria	
Huevos	Plato: Segundo	Fritura	
Ingredientes			

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



+ Información en la web: scu.ugr.es



Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

Patatas

Huevos

Sal

Aceite de oliva

Aceite de girasol

Denominación Alérgenos

## Ceviche de plátano

Familia Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Plato: Acompañamiento Cocción

Ingredientes

Aguacates

Plátano, verdes

Cebolla, dulce

Tomate pera

Vinagre, de manzana

Perejil

Pimienta

Zumo de limón

Denominación Alérgenos

#### Piña

Familia Técnica culinaria

Frutas Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales	
Energía (Kcal)	49	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	0,5	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	11,5	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	1,2	Zinc (mg)	
Grasas (g)	0	Selenio (mg)	
AGS (g)	0	Sodio (mg)	
AGM (g)	0,1	Potasio (mg)	
AGP (g)	0,1	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	0		

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



#### Actualizado 17/06/2025 9:35:48

+ Información en la web: scu.ugr.es



Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

## **MARTES, 24 DE JUNIO DE 2025**

#### **MENÚ 1**

Denominación	Alergenos
Macarrones a la boloñesa	Gluten Lácteos Sulfitos
Familia	Técnica culinaria

Pasta y cereales Plato: Primero

#### Ingredientes

Ajos pelados Cebolla

Pimiento verde

Zanahorias

Tomate triturado, lata

Ternera, carne picada

Cerdo, paleta picada

Vino tinto

Laurel

Orégano

Pimienta blanca molida

Sal, para coccion de pasta y sazonamiento

Queso mozzarella

Aceite de girasol, para la pasta

Aceite de girasol, para la salsa

Macarrones

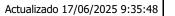
Queso rallado

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes		Minerales	
Energía (Kcal)	160	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	7,36	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	21,7	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	2,03	Zinc (mg)	
Grasas (g)	4,1	Selenio (mg)	
AGS (g)	1,08	Sodio (mg)	
AGM (g)	1,28	Potasio (mg)	
AGP (g)	1,06	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	9,84		

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.







Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

cado
nica culinaria

Harina

Merluza

Sal

Aceite de oliva

Mantequilla

Perejil

Pimienta

Caldo de carne (elaboracion propia) \*

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales
Energía (Kcal)	276	Calcio (mg)
Proteinas (g)	6,96	Hierro (mg)
Hidratos carbono (g)	2,54	Yodo (mg)
IG (g)	0	Magnesio (mg)
Fibra (g)	0,18	Zinc (mg)
Grasas (g)	26,5	Selenio (mg)
AGS (g)	12,6	Sodio (mg)
AGM (g)	10,6	Potasio (mg)
AGP (g)	1,38	Fósforo (mg)
Colesterol (mg)	85,8	

	Denominación	Alérgenos
Ensalada mixta		Huevos Pescado Soja Sulfitos
	Familia	Técnica culinaria
Ensaladas	Plato: Acompañamiento	Verduras frescas
	Ingredie	entes
Aceitunas		
Alcachofas Lechuga		
Tomate pera		
Zanahorias Maíz		

<sup>\*</sup> Huesos de ternera Ternera o buey Cebolla Puerros Ajos pelados Laurel Zanahorias Apio Agua Sal

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.





Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)



# Información de los platos

Huevos, duros
Melva
Vinagre
Aceite de oliva
Brotes de soja
Espárragos
Pepinos

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	S	Minerales	
Energía (Kcal)	59,5	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	5,46	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	3,71	Yodo (mg)	
IG (g)		Magnesio (mg)	
Fibra (g)	2,58	Zinc (mg)	
Grasas (g)	2,01	Selenio (mg)	
AGS (g)	0,21	Sodio (mg)	
AGM (g)	0,62	Potasio (mg)	
AGP (g)	0,22	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)			

Denominación Alérgenos

## **Paraguayo**

Familia Técnica culinaria

Frutas Plato: Postre

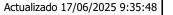
Ingredientes

## MENÚ 2

Den	ominación	Alérgenos
Macarrones a la cazadora		Apio Huevos Lácteos
	Familia	Técnica culinaria
Pasta y cereales	Plato: Primero	Cocción
	Ingredi	entes
Ajos pelados Apio		
Cebolla		
Tomate pera		
Zanahorias		
Champiñón		

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.





Universitarios

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)



## Información de los platos

Orégano

Romero, infusión

Aceite de girasol

Macarrones

Queso, 80 g mozzarella, 80 g parmesano

Salvia

Denominación			Alérgenos
Dell	ommacion		Aicigenos
Rollitos de primavera		Gluten	
F	- amilia		Técnica culinaria
Verduras y hortalizas	Plato: Segundo	Fritura	
Ingredientes			

Rollito de primavera

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes	5	Minerales	
Energía (Kcal)	97	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	3,89	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	18,5	Yodo (mg)	
IG (g)	5,34	Magnesio (mg)	
Fibra (g)		Zinc (mg)	
Grasas (g)	0,9	Selenio (mg)	
AGS (g)	0,2	Sodio (mg)	
AGM (g)		Potasio (mg)	
AGP (g)		Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)			

Denominación		Alérgenos
Ensalada mixta (10)		Huevos Soja
	Familia	Técnica culinaria
Ensaladas	Plato: Acompañamiento	Verduras frescas
	Ingredie	entes
Aceitunas		
Alcachofas		
Lechuga		
Tomate pera		
Zanahorias		
Maíz		

#### Información adicional

Soja Huevos

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



Actualizado 17/06/2025 9:35:48

+ Información en la web: scu.ugr.es



Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

Vinagre Aceite de oliva

Espárragos

Pepinos

Denominación Alérgenos

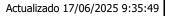
**Paraguayo** 

Familia Técnica culinaria

Frutas Plato: Postre

Ingredientes

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno







Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

## MIÉRCOLES, 25 DE JUNIO DE 2025

#### MENÚ 1

MENO I			
	Denominación		Alérgenos
Pipirrana			Sulfitos
	Familia		Técnica culinaria
Ensaladas		Plato: Ensaladas	Verduras frescas
		Ingredie	entes
Aceitunas			
Cebolla			
Pimiento verde			
Tomate ensalada			
Maíz			
Vinagre			
Sal			
Aceite de oliva			
Aceite de girasol			
Pepinos			

Denominación		Alérgenos
Pizza jamón cocido y queso		Gluten Lácteos Soja Sulfitos
Familia		Técnica culinaria
Masas y hojaldres	Plato: Primero	Horno
Ingredientes		

Pizza, jamón cocido y queso

Denominación		Alérgenos
Escalope de ternera		Gluten Huevos Lácteos
Familia		Técnica culinaria
Carnes Plato: Segundo		Fritura
Ingredientes		entes

Huevos

Ternera

Sal perfumada, sal, pimienta blanca, tomillo

Aceite de girasol

Harina de trigo

Pan rallado

Leche entera

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)



## Información de los platos

## Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes	5	Minerales	
Energía (Kcal)	346	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	13,5	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	10,6	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	0,35	Zinc (mg)	
Grasas (g)	27,6	Selenio (mg)	
AGS (g)	5,12	Sodio (mg)	
AGM (g)	7,73	Potasio (mg)	
AGP (g)	12,8	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	62,5		

	Denominación	Alérgenos	
Patatas bastón		Sulfitos	
	Familia	Técnica culinaria	
Patatas Plato: Acompañamiento			
Ingradientes			

	Denominación	Alérgenos
Nectarina		
	Familia	Técnica culinaria
Frutas	Plato: Postre	fresca
Ingredientes		

Nectarina

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



+ Información en la web: scu.ugr.es

SCU

Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales	
Energía (Kcal)	43	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	1,4	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	9	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	2,2	Zinc (mg)	
Grasas (g)	0,1	Selenio (mg)	
AGS (g)	0	Sodio (mg)	
AGM (g)	0	Potasio (mg)	
AGP (g)	0	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	0		

## MENÚ 2

	Denominación		Alérgenos
Pipirrana			Sulfitos
	Familia		Técnica culinaria
Ensaladas		Plato: Ensaladas	Verduras frescas
		Ingredie	entes
Aceitunas			
Cebolla			
Pimiento verde			
Tomate ensalada			
Maíz			
Vinagre			
Sal			
Aceite de oliva			
Aceite de girasol			
Pepinos			

	Denominación			Alérgenos
Pizza 4 quesos			Gluten	Lácteos
	Familia			Técnica culinaria
Masas y hojaldres		Plato: Primero	Horno	
Ingredientes				

Pizza 4 quesos (elaboracion propia) \*

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



#### Actualizado 17/06/2025 9:35:49

+ Información en la web: scu.ugr.es



Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

## Información de los platos

Denominación Alérgenos Gluten Huevos Lácteos Cachopo de berenjenas Familia Técnica culinaria Verduras y hortalizas Plato: Segundo Fritura Ingredientes Berenjena Calabacines Cebolla Pimiento verde Harina Huevos Aceite de girasol

Denominación Alérgenos **Sulfitos** 

Patatas bastón

Familia Técnica culinaria

**Patatas** Plato: Acompañamiento

Ingredientes

Denominación Alérgenos **Nectarina** Familia Técnica culinaria **Frutas** Plato: Postre fresca Ingredientes

Nectarina

Pan rallado Queso

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedores - Menú 1 (Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y Cartuja)

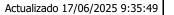


## Información de los platos

## Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes		
Energía (Kcal)	43	
Proteinas (g)	1,4	
Hidratos carbono (g)	9	
IG (g)	0	
Fibra (g)	2,2	
Grasas (g)	0,1	
AGS (g)	0	
AGM (g)	0	
AGP (g)	0	
Colesterol (mg)	0	

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





## + Información en la web: scu.ugr.es



## Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

## Información de los platos

## LUNES, 23 DE JUNIO DE 2025

## MENÚ 1

Denominación		Alérgenos
Empedrado de judías blancas		Sulfitos
Familia		Técnica culinaria
Verduras y hortalizas	Plato: Primero	Cocción
	Ingredie	entes
Ajos pelados		
Cebolla		
Pimiento verde		
Tomate triturado		
Judías blancas		
Patatas		
Chorizo		
Panceta		
Laurel		
Aceite de oliva		
Arroz		

Denominación Alérgenos

## Plato alpujarreño

Pimiento cornicabra

Colorante

	Familia	Técnica culinaria
Carnes	Plato: Segundo	Fritura
	Ingredie	entes
Pimienta verde		
Cebolla		
Patatas		
Huevos		
Chorizo		
Jamón serrano		
Cerdo, lomo		
Aceite de oliva		
Aceite de girasol		

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.





## Información de los platos

Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

Denominación	Alérgenos
Piña	
Familia	Técnica culinaria

Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

**Frutas** 

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

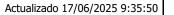
Energía y macronutrientes	s	Minerales	
Energía (Kcal)	49	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	0,5	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	11,5	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	1,2	Zinc (mg)	
Grasas (g)	0	Selenio (mg)	
AGS (g)	0	Sodio (mg)	
AGM (g)	0,1	Potasio (mg)	
AGP (g)	0,1	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	0		

## MENÚ 2

Denominación		Alérgenos
Empedrado de judías blancas		Sulfitos
	Familia	Técnica culinaria
Verduras y hortalizas	Ovolactovegeta <b>Piato</b> a Primero	Cocción
	Ingredi	entes
Ajos pelados		
Cebolla		
Pimiento verde		
Tomate triturado		
Patatas		
Laurel		
Aceite de oliva		
Arroz		
Colorante		
Judías		
Pimiento cornicabra		

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.







# Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

## Información de los platos

Denominación Alérgenos Huevos Huevo frito con patatas a la española Familia Técnica culinaria Huevos Plato: Segundo Fritura Ingredientes **Patatas** Huevos Sal Aceite de oliva Aceite de girasol Denominación Alérgenos Ceviche de plátano Familia Técnica culinaria Verduras y hortalizas Cocción Plato: Acompañamiento Ingredientes Aguacates Plátano, verdes Cebolla, dulce Tomate pera Vinagre, de manzana Perejil Pimienta Zumo de limón Denominación Alérgenos Piña

Familia Técnica culinaria

Frutas Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



## + Información en la web: scu.ugr.es



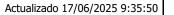
## Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

## Información de los platos

## Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes	
Energía (Kcal)	49
Proteinas (g)	0,5
Hidratos carbono (g)	11,5
IG (g)	0
Fibra (g)	1,2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0
AGM (g)	0,1
AGP (g)	0,1
Colesterol (mg)	0

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







## Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

## Información de los platos

## MARTES, 24 DE JUNIO DE 2025

#### **MENÚ 1**

Denominación		Alérgenos	
Macarrones a la boloñesa		Lácteos Sulfitos	
Familia	Técnica culinaria		
Pasta y cereales	Plato: Primero	Cocción	
Ingredientes			
_			

Ternera, y cerdo

Orégano

Pimienta blanca molida

Sal

Aceite de girasol

Macarrones

Terminación, queso rallado y mozzarella

Salsa (elaboracion propia) \*

<sup>\*</sup> Aceite de girasol Ajos pelados Cebolla Pimiento verde Zanahorias Tomate triturado Laurel Vino blanco Pimienta blanca molida Orégano

	Denominación	Alérgenos	
Merluza Meuniere		Lácteos Pescado	
Familia		Técnica culinaria	
Pescado Plato: Segundo			
Ingredie		entes	

Limón, zumo

Merluza

Aceite de oliva

Mantequilla

Perejil

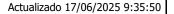
Caldo de carne (elaboracion propia) \*

<sup>\*</sup> Huesos de ternera Ternera o buey Cebolla Puerros Ajos pelados Laurel Zanahorias Apio Agua Sal

Denominación		Alérgenos
Ensalada mixta		Huevos Pescado Soja Sulfitos
	Familia	Técnica culinaria
Ensaladas	Plato: Acompañamiento	Verduras frescas
	Ingredie	entes
Aceitunas		
Alcachofas		
Lechuga		

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.





## + Información en la web: scu.ugr.es



## Información de los platos

Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

Tomate pera
Zanahorias
Maíz
Huevos, duros
Melva
Vinagre
Aceite de oliva
Brotes de soja
Espárragos
Pepinos

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales	
Energía (Kcal)	59,5	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	5,46	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	3,71	Yodo (mg)	
IG (g)		Magnesio (mg)	
Fibra (g)	2,58	Zinc (mg)	
Grasas (g)	2,01	Selenio (mg)	
AGS (g)	0,21	Sodio (mg)	
AGM (g)	0,62	Potasio (mg)	
AGP (g)	0,22	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)			

Denominación Alérgenos

## **Paraguayo**

Familia Técnica culinaria

Frutas Plato: Postre

Ingredientes

## MENÚ 2

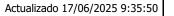
Denominación		Alérgenos
Macarrones a la cazadora		Apio Huevos Lácteos
Familia		Técnica culinaria
Pasta y cereales	Plato: Primero	Cocción
	Ingredie	entes
Ajos pelados Apio		

#### Información adicional

Cebolla

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.





## + Información en la web: scu.ugr.es



## Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

## Información de los platos

Tomate pera		
Zanahorias		
Champiñón		
Orégano		
Romero, infusión		
Aceite de girasol		
Macarrones		
Queso, 80 g mozzarella, 80 g parmesano		
Salvia		

Denominació	n	Alérgenos
Verdura al curry		Lácteos Sulfitos
Familia		Técnica culinaria
Verduras y hortalizas	Plato: Segundo	Cocción
	Ingredi	entes
Ajos pelados		
Calabacines		
Cebolla, roja		
Coliflor		
Espinacas		
Tomate pera		
Zanahorias		
Pimiento morrón		
Boniato		
Vino blanco		
Curry		
Yogur		
Jengibre, fresco		

Denominación		Alérgenos
Ensalada mixta (10)		Huevos Soja
Familia		Técnica culinaria
Ensaladas	Plato: Acompañamiento	Verduras frescas
	Ingredie	entes
Aceitunas		
Alcachofas		
Lechuga		
Tomate pera		
Zanahorias		
Maíz		
Soja		
Huevos		

#### Información adicional

Vinagre

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



## Actualizado 17/06/2025 9:35:51

+ Información en la web: scu.ugr.es



# Información de los platos

Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

Aceite de oliva Espárragos

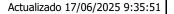
Pepinos

	Denominación	Alérgenos
Paraguayo		
	Familia	Técnica culinaria
Frutas	Plato: Postre	

Ingredientes

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.







## Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

## Información de los platos

## MIÉRCOLES, 25 DE JUNIO DE 2025

## MENÚ 1

PILNO I			
	Denominación		Alérgenos
Pipirrana			Sulfitos
	Familia		Técnica culinaria
Ensaladas		Plato: Ensaladas	Verduras frescas
		Ingredie	entes
Aceitunas			
Cebolla			
Pimiento verde			
Tomate ensalada			
Maíz			
Vinagre			
Sal			
Aceite de oliva			
Aceite de girasol			
Pepinos			

	Denominación		Alérgenos
Tortilla paisan	а		Huevos Lácteos Soja Sulfitos
	Familia		Técnica culinaria
Huevos		Plato: Primero	Horno
		Ingredie	entes
Guisantes			
Pimiento morrón			
Champiñón			
Patatas			
Huevos			
Jamón cocido			

Denominación	Alérgenos		
Lomo braseado	Apio Sulfitos		
Familia	Técnica culinaria		
Carnes Plato:	: Segundo Asado		
Ingredientes			

Cerdo, lomo

Aceite de oliva Aceite de girasol

Maíz, fécula

Fondo oscuro de carne (elaboracion propia) \*

- (\*) 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.



# SCU

# Información de los platos

Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

\* Huesos de ternera Ternera Cebolla Puerros Ajos pelados Laurel Zanahorias Apio Tomate pera Agua Vino tinto Sal Tomillo

## Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	25	Minerales	
Energía (Kcal)	219,2	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	11,7	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	2,043	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	0	Zinc (mg)	
Grasas (g)	17,13	Selenio (mg)	
AGS (g)	6,348	Sodio (mg)	
AGM (g)	7,261	Potasio (mg)	
AGP (g)	1,043	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	42,96		

	Denominación	Alérgenos
Patatas bastón		Sulfitos
	Familia	Técnica culinaria
Patatas Plato: Acompañamiento		
Ingredientes		

	Denominación	Alérgenos
Nectarina		
	Familia	Técnica culinaria
Frutas	Plato: Post	re fresca
	Ingi	edientes

Nectarina

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.





## Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS) Universitarios

## Información de los platos

## Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales	
Energía (Kcal)	43	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	1,4	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	9	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	2,2	Zinc (mg)	
Grasas (g)	0,1	Selenio (mg)	
AGS (g)	0	Sodio (mg)	
AGM (g)	0	Potasio (mg)	
AGP (g)	0	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	0		

## MENÚ 2

	Denominación		Alérgenos
Pipirrana			Sulfitos
	Familia		Técnica culinaria
Ensaladas		Plato: Ensaladas	Verduras frescas
		Ingredie	entes
Aceitunas			
Cebolla			
Pimiento verde			
Tomate ensalada			
Maíz			
Vinagre			
Sal			
Aceite de oliva			
Aceite de girasol			
Pepinos			

Denominación		Alérgenos
Tortilla paisana		Huevos Lácteos Soja
-		•
Familia		Técnica culinaria
Verduras y hortalizas	Plato: Primero	Fritura
	Ingredie	ientes
Guisantes		
Pimiento morrón		
Champiñón		
Patatas		

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.



## + Información en la web: scu.ugr.es



## Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

## Información de los platos

Huevos

Aceite de oliva

Aceite de girasol

Fécula de maíz

_			(	
Denominación			Alérgenos	
Fricandó de alcachofas			Frutos de cáscara (almendras o avellanas) Sulfitos	
	Familia		Técnica culinaria	
Verduras y hortalizas	Vegano	Plato: Segundo		
		Ingredie	entes	
Ajos pelados				
Alcachofas				
Cebolla				
Tomate pera				
Zanahorias				
Setas cultivadas				
Almendras, o avellanas				
Brandy				
Clavo entero				
Laurel				
Pimienta blanca molida				
Sal				
Aceite de oliva				

## Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales	
Energía (Kcal)	62,48	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	1,94	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	2,91	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)		Zinc (mg)	
Grasas (g)	2,59	Selenio (mg)	
AGS (g)		Sodio (mg)	
AGM (g)		Potasio (mg)	
AGP (g)		Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)			

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.





## Menú Comedor PTS - Menú 1 (Comedor PTS)

## Información de los platos

DenominaciónAlérgenosPatatas bastónSulfitosFamiliaTécnica culinariaPatatasPlato: Acompañamiento

Ingredientes

DenominaciónAlérgenosNectarinaFamiliaTécnica culinariaFrutasPlato: PostrefrescaIngredientes

Nectarina

#### Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutriente	es	Minerales	
Energía (Kcal)	43	Calcio (mg)	
Proteinas (g)	1,4	Hierro (mg)	
Hidratos carbono (g)	9	Yodo (mg)	
IG (g)	0	Magnesio (mg)	
Fibra (g)	2,2	Zinc (mg)	
Grasas (g)	0,1	Selenio (mg)	
AGS (g)	0	Sodio (mg)	
AGM (g)	0	Potasio (mg)	
AGP (g)	0	Fósforo (mg)	
Colesterol (mg)	0		

<sup>(\*)</sup> Trazas del alérgeno

<sup>-</sup> 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.