



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 13/02/2020 13:21:33

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

VIERNES, 21 DE FEBRERO DE 2020

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Lasaña	Apio Gluten Huevos Lácteos
Familia	Técnica culinaria
Pasta y cereales	Plato: Primero Horno

Ingredientes

Ajos

Apio

Calabacines

Cebolla

Espinacas

Pimientos verdes

Zanahorias

Tenera

Cerdo, paleta sin hueso

Laurel

Aceite de girasol

Lasaña, hojas, de huevo

Queso, rallado y mozzarella

Salsa bechamel (elaboracion propia) *

* Mantequilla Harina de trigo Leche entera Nuez moscada Pimienta blanca, molida Sal

Salsa de tomate (elaboracion propia) *

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

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	172
Proteínas (g)	6,59
Hidratos carbono (g)	10,7
IG (g)	0
Fibra (g)	0,43
Grasas (g)	11,2
AGS (g)	1,9
AGM (g)	2,4
AGP (g)	3,58
Colesterol (mg)	15,4

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 13:21:33

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Bacalao con jugo pimentado y confit de verduras

Apio Pescado

Familia

Técnica culinaria

Pescado

Plato: Segundo

Cocción

Ingredientes

Ajos
Albahaca
Berenjenas
Calabacines
Cebolla
Espinacas
Rúcula
Tomate
Pimiento seco, cornicabra
Bacalao
Aceite de oliva
Aceite de girasol
Hinojo
Perejil
Pimienta
Caldo blanco (elaboracion propia) *

* Pollo, caparazones Huesos de canilla Huesos de jamón Puerros Zanahorias Cebolla Apio Ajos Sal Agua

Denominación

Alérgenos

Pera

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Peras

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 13:21:33

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	45
Proteínas (g)	0,4
Hidratos carbono (g)	10,6
IG (g)	0
Fibra (g)	2,3
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,014
AGM (g)	0,022
AGP (g)	0,044
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.