



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 06/02/2020 11:03:08

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

VIERNES, 14 DE FEBRERO DE 2020

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Sopa juliana	Apio Gluten
Familia	Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Plato: Primero Guiso

Ingredientes

Apio
Calabacines
Cebolla
Col
Judías verdes
Puerros
Zanahorias
Champiñones
Pollo
Fideos, cabello
Caldo blanco de ave (elaboracion propia) *

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

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	38,1
Proteinas (g)	2,91
Hidratos carbono (g)	2,65
IG (g)	0
Fibra (g)	0,63
Grasas (g)	1,59
AGS (g)	0,11
AGM (g)	0,12
AGP (g)	0,14
Colesterol (mg)	3,28

Minerales

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

Denominación	Alérgenos
Plato alpujarreño	Gluten* Huevos
Familia	Técnica culinaria

Carnes Plato: Segundo Fritura, plancha

Ingredientes

Cebolla

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 06/02/2020 11:03:09

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



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

Manzana

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Manzanas

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 06/02/2020 11:03:09

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	50
Proteínas (g)	0,3
Hidratos carbono (g)	12
IG (g)	0
Fibra (g)	2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,2
AGM (g)	0,15
AGP (g)	0,11
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.