



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Servicio de Comedores  
Universitarios

Actualizado 18/10/2021 10:20:59

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

**VIERNES, 22 DE OCTUBRE DE 2021**

### MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
<b>Lasaña</b>	Apio Huevos Lácteos
Familia	Técnica culinaria

Pasta y cereales

Plato: Primero

Cocción

#### Ingredientes

Ajos  
 Apio  
 Calabacines  
 Cebolla  
 Espinacas  
 Pimientos verdes  
 Zanahorias  
 Ternera  
 Cerdo, paleta sin hueso  
 Laurel  
 Aceite de girasol  
 Lasaña, hojas, de huevo  
 Queso, rallado y mozzarella  
 Salsa bechamel (elaboracion propia) \*  
 \* Mantequilla Maizena Leche entera Nuez moscada Pimienta blanca, molida  
 Salsa de tomate (elaboracion propia) \*  
 \* Aceite de girasol Ajos Cebolla Puerros Zanahorias Calabaza Laurel Tomate triturado Azúcar Sal Acidulante E-330

Denominación	Alérgenos
<b>Doradas con papas arrugadas y mojo verde</b>	Pescado
Familia	Técnica culinaria

Pescado

Plato: Segundo

#### Ingredientes

Ajos  
 Cilantro  
 Patatas  
 Dorada  
 Comino molido  
 Sal  
 Tomillo  
 Aceite de oliva  
 Perejil  
 Pimienta  
 Zumo de limón

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 18/10/2021 10:20:59

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



## Información de los platos

Denominación

Alérgenos

**Ensalada de col**

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento

Verduras frescas

### Ingredientes

Ajos

Col

Vinagre

Aceite de oliva

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	105
Proteínas (g)	1,381
Hidratos carbono (g)	4,186
IG (g)	0
Fibra (g)	2,542
Grasas (g)	8,644
AGS (g)	1,263
AGM (g)	6,017
AGP (g)	0,941
Colesterol (mg)	0

#### Minerales

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

Denominación

Alérgenos

**Piña**

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre

Frescas

### Ingredientes

Piña

#### 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 18/10/2021 10:20:59

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor (PTS)**



## Información de los platos

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### *Energía y macronutrientes*

Energía (Kcal)	49
Proteínas (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)	

#### 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.