



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Servicio de Comedores  
Universitarios

Actualizado 07/05/2021 12:29:47

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



## Información de los platos

JUEVES, 13 DE MAYO DE 2021

### MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
<b>Sopa minestrone</b>	Apio Gluten
Familia	Técnica culinaria

Sopas Plato: Primero

#### Ingredientes

Apio  
Calabacines  
Cebolla  
Col  
Puerros  
Tomate  
Zanahorias  
Champiñones  
Ternera, asada  
Pollo  
Gurullos  
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)	54,5
Proteinas (g)	3,66
Hidratos carbono (g)	5,3
IG (g)	0
Fibra (g)	0,89
Grasas (g)	1,85
AGS (g)	0,3
AGM (g)	0,37
AGP (g)	0,18
Colesterol (mg)	5,11

##### Minerales

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

Denominación	Alérgenos
<b>Plato alpujarreño</b>	Gluten* Huevos
Familia	Técnica culinaria
Carnes	Plato: Segundo Fritura, plancha
Ingredientes	

#### 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 07/05/2021 12:29:47

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



## Información de los platos

Cebolla  
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

**Natillas**

### Alérgenos

Gluten Huevos Lácteos Sésamo\* Soja Sulfitos

### Familia

Lácteos

### Técnica culinaria

Plato: Postre Cocción

### Ingredientes

Huevos de gallina  
Canela, molida  
Canela, rama  
Azúcar  
Fécula de maíz  
Leche entera  
Perfume de cítricos  
Natillas (preparado en sobre) (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 07/05/2021 12:29:47

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



## Información de los platos

### Valor nutricional aproximado (100 g)

#### Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	140
Proteínas (g)	3,79
Hidratos carbono (g)	21,9
IG (g)	0
Fibra (g)	0
Grasas (g)	4,2
AGS (g)	2
AGM (g)	1,41
AGP (g)	0,33
Colesterol (mg)	64,9

#### 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.