



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Vicerrectorado de Responsabilidad
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 11/10/2018 13:22:22

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

LUNES, 15 DE OCTUBRE DE 2018

MENÚ 1

| Denominación | Alérgenos |
|--------------------------|-------------------|
| Sopa de mi pueblo | Apio Gluten |
| Familia | Técnica culinaria |

Verduras y hortalizas

Plato: Primero

Ingredientes

Acelgas

Cebollas

Puerros

Zanahorias

Habas baby

Patatas

Cerdo, paleta sin hueso

Huesos de jamón

Aceite de oliva

Gurullos

Hinojo, decoración

Caldo blanco de ave (elaboracion propia) *

* Pollo, caparzones Huesos de canilla Huesos de jamón Puerros Zanahorias Cebollas Apio Ajos Sal Agua

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

| | |
|----------------------|------|
| Energía (Kcal) | 99,3 |
| Proteínas (g) | 3,11 |
| Hidratos carbono (g) | 4,28 |
| IG (g) | 0 |
| Fibra (g) | 0,6 |
| Grasas (g) | 7,61 |
| AGS (g) | 1,21 |
| AGM (g) | 4,42 |
| AGP (g) | 0,68 |
| Colesterol (mg) | 3,91 |

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

Vicerrectorado de Responsabilidad
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 11/10/2018 13:22:22

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Filete de cerdo a la parrilla

Familia

Técnica culinaria

Carnes

Plato: Segundo Plancha

Ingredientes

Ajos
Cerdo, lomo
Sal
Aceite de oliva
Aceite de girasol
Perejil

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

| | |
|----------------------|------|
| Energía (Kcal) | 360 |
| Proteínas (g) | 14 |
| Hidratos carbono (g) | 1,56 |
| IG (g) | 0 |
| Fibra (g) | 0,06 |
| Grasas (g) | 32,9 |
| AGS (g) | 10,2 |
| AGM (g) | 14,8 |
| AGP (g) | 5,26 |
| Colesterol (mg) | 59,6 |

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Patatas a la española y huevo frito

Huevos Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Patatas

Plato: Acompañamiento Fritura

Ingredientes

Patatas
Huevos de gallina
Sal
Aceite de oliva
Aceite de girasol

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**

Vicerrectorado de Responsabilidad
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 11/10/2018 13:22:23

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Nectarina

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Nectarina

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

| | |
|----------------------|-----|
| Energía (Kcal) | 43 |
| Proteínas (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) | |

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.