



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Vicerrectorado de Responsabilidad
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 20/09/2019 11:42:54

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

LUNES, 23 DE SEPTIEMBRE DE 2019

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Fideuá con pescado y verduras	Crustáceos Frutos secos (almendras) Gluten Lácteos Moluscos Pescado Sulfitos

Familia	Técnica culinaria
Pasta y cereales	Cocción

Ingredientes

Ajos
Cebolla
Judías verdes
Pimientos verdes
Zanahorias
Pimientos asados
Tomate triturado
Champiñones
Patatas
Vaina limpia
Fogonero
Gambas
Mejillón, carne
Aceite de oliva
Aceite de girasol
Colorante
Majado, aceite, ajos, pimiento cornicabra, azafrán hebra, vino blanco
Fumet blanco de pescado (elaboracion propia) *

* *Ajos Puerros Cebolla Pimienta negra, grano Laurel Rape espinas Vino blanco Perejil Agua Sal*

Ali-oli (elaboracion propia) *

* *Leche entera Ajos Pan Almendras Aceite de oliva Aceite de girasol Sal*

Denominación	Alérgenos
Lomo braseado	Apio Sulfitos

Familia	Técnica culinaria
Carnes	Asado

Ingredientes

Cerdo, lomo
Maíz, fécula
Fondo oscuro de carne (elaboracion propia) *

* *Huesos de ternera Ternera Cebolla Puerros Ajos Laurel Zanahorias Apio Tomate Agua Vino tinto Sal Tomillo*

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.



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	219,2
Proteínas (g)	11,7
Hidratos carbono (g)	2,043
IG (g)	0
Fibra (g)	0
Grasas (g)	17,13
AGS (g)	6,348
AGM (g)	7,261
AGP (g)	1,043
Colesterol (mg)	42,96

Minerales

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

Denominación

Ensalada Richelieu

Alérgenos

Huevos Soja Sulfitos

Familia

Verduras y hortalizas

Técnica culinaria

Plato: Acompañamiento Cocción

Ingredientes

Aceitunas
Coliflor
Guisante
Judías verdes
Zanahorias
Patatas
Nabos
Mahonesa (elaboracion 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.



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	340
Proteínas (g)	2,02
Hidratos carbono (g)	6,96
IG (g)	0
Fibra (g)	1,57
Grasas (g)	33,4
AGS (g)	5,06
AGM (g)	8,11
AGP (g)	18,6
Colesterol (mg)	43,7

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Melocotón

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Melocotón

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	39
Proteínas (g)	0,6
Hidratos carbono (g)	9
IG (g)	0
Fibra (g)	1,4
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,018
AGM (g)	0,061
AGP (g)	0,079
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.



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Vicerrectorado de Responsabilidad
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 20/09/2019 11:42:54

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor



Información de los platos

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.