



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Vicerrectorado de Responsabilidad
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 20/09/2019 11:42:58

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Bacalao en salsa romesco

Frutos secos (almendras) Pescado Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Pescado

Plato: Segundo

Ingredientes

Bacalao

Salsa (elaboracion propia) *

* *Pimiento seco Cebolla Tomate Aceite de oliva Vinagre Pimienta negra, grano Almendras peladas o 3 dientes de ajo*

Denominación

Alérgenos

Menestra de verduras

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento

Ingredientes

Ajos

Calabaza

Col

Zanahorias, baby

Champiñones, conserva

Patatas

Aceite de oliva

Denominación

Alérgenos

Plátano

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Plátanos

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)	89
Proteínas (g)	1,2
Hidratos carbono (g)	20
IG (g)	0
Fibra (g)	3,4
Grasas (g)	0,3
AGS (g)	0,11
AGM (g)	0,04
AGP (g)	0,09
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

Denominación

Vino tinto

Alérgenos

Sulfitos

Familia

Bebidas

Técnica culinaria

Plato: Bebida

Ingredientes

Vino tinto

MENÚ 2

Denominación

Cocido vegetariano

Alérgenos

Sulfitos

Familia

Legumbres Ovolactovegetariano

Técnica culinaria

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos
Calabaza
Cebolla
Judías verdes
Pimientos verdes
Zanahorias
Garbanzos
Patatas
Sal

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)	96,9
Proteínas (g)	4,86
Hidratos carbono (g)	16,2
IG (g)	0
Fibra (g)	1
Grasas (g)	1,41
AGS (g)	0,03
AGM (g)	0,01
AGP (g)	0,05
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

Denominación

Tofu a la parrilla

Alérgenos

Soja

Familia

Legumbres

Técnica culinaria

Plato: Segundo

Ingredientes

Soja, agricultura ecológica

Agua

Tofu, gelificante nigari

Denominación

Menestra de verduras

Alérgenos

Sulfitos

Familia

Verduras y hortalizas

Técnica culinaria

Plato: Acompañamiento

Ingredientes

Ajos

Calabaza

Col

Zanahorias, baby

Champiñones, conserva

Patatas

Aceite de oliva

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 11:42:58

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Plátano

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Plátanos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	89
Proteínas (g)	1,2
Hidratos carbono (g)	20
IG (g)	0
Fibra (g)	3,4
Grasas (g)	0,3
AGS (g)	0,11
AGM (g)	0,04
AGP (g)	0,09
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.