



**UNIVERSIDAD
DE GRANADA**

Vicerrectorado de Responsabilidad
Social, Igualdad e Inclusión

Actualizado 11/10/2018 13:22:28

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



Información de los platos

MIÉRCOLES, 17 DE OCTUBRE DE 2018

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Macarrones a la meridional	Huevos Lácteos
Familia	Técnica culinaria

Pasta y cereales Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Albahaca
Berenjenas
Macarrones
Harina de garbanzo
Queso, mozzarella, parmesano y rallado
Salsa de tomate (elaboracion propia) *

* Aceite de girasol Laurel Cebollas Zanahorias Calabaza Pimientos verdes Tomate triturado Azúcar Sal

Denominación	Alérgenos
Muslo de pollo en salsa de naranja y curry	
Familia	Técnica culinaria

Aves y caza Plato: Segundo Horno

Ingredientes

Naranjas, zumo
Pollo, muslos
Curry
Sal
Aceite de oliva
Pimienta

Denominación	Alérgenos
Pisto de calabaza	
Familia	Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Plato: Acompañamiento

Ingredientes

Calabaza
Cebollas
Pimientos verdes, y rojo
Tomate
Sal
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 11/10/2018 13:22:28

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Melón

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Melón

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	27
Proteínas (g)	0,6
Hidratos carbono (g)	6
IG (g)	0
Fibra (g)	1
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,026
AGM (g)	0,013
AGP (g)	0,015
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

MENÚ 2

Denominación

Alérgenos

Espaguetis con salsa de tomate y albóndigas de espinacas

Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Pasta y cereales

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Cebollas

Orégano

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 13:22:28

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



Información de los platos

Espaguetis

Queso, parmesano y mozzarella

Caldo magro (elaboracion propia) *

* *Cebollas Puerros Zanahorias Apio Tomate Perejil Ajos Laurel Tomillo Agua*

Albóndigas (elaboracion propia) *

* *Espinacas Ajos Huevos de gallina Pimienta Nuez moscada*

Salsa de tomate (elaboracion propia) *

* *Aceite de girasol Ajos Cebollas Puerros Zanahorias Calabaza Laurel Tomate triturado Azúcar Sal Acidulante E-330*

Denominación

Alérgenos

Huevos rellenos

Huevos Lácteos Soja

Familia

Técnica culinaria

Huevos

Plato: Segundo Fritura

Ingredientes

Cebollas

Puerros

Zanahorias

Champiñones

Huevos de gallina

Pimienta blanca, molida

Aceite de girasol

Harina de garbanzo

Leche entera, o nata

Mantequilla

Tofu

Denominación

Alérgenos

Ensalada verde

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento Verduras frescas

Ingredientes

Lechuga

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.



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	164
Proteínas (g)	2,3
Hidratos carbono (g)	2,1
IG (g)	0
Fibra (g)	2,2
Grasas (g)	15,9
AGS (g)	2,4
AGM (g)	10,6
AGP (g)	2,1
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Melón

Familia

Técnica culinaria

Fruta

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Melón

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	27
Proteínas (g)	0,6
Hidratos carbono (g)	6
IG (g)	0
Fibra (g)	1
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,026
AGM (g)	0,013
AGP (g)	0,015
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 11/10/2018 13:22:29

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor (PTS)



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.