



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:06

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

MARTES, 10 DE DICIEMBRE DE 2024

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Arroz a la cubana	Apio Huevos Lácteos
Familia	Técnica culinaria

Arroz Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Cebolla

Puerros, para la salsa

Zanahorias, para la salsa

Tomate triturado, para la salsa

Huevos, frito

Clavo entero

Laurel

Sal

Aceite de girasol

Azúcar, para la salsa

Arroz

Mantequilla

Caldo blanco de ave (elaboracion propia) *

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

Salsa de tomate (elaboracion propia) *

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

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	197
Proteínas (g)	3,9
Hidratos carbono (g)	30
IG (g)	0
Fibra (g)	0,7
Grasas (g)	6,9
AGS (g)	1,8
AGM (g)	1,5
AGP (g)	2,7
Colesterol (mg)	9,6

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:06

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Pechuga de pollo a la parrilla

Familia

Técnica culinaria

Carnes

Plato: Segundo Plancha

Ingredientes

Ajos pelados

Pollo

Pimienta blanca molida

Sal

Tomillo

Aceite de oliva

Aceite de girasol

Perejil

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	958,7
Proteínas (g)	28,8
Hidratos carbono (g)	1,5
IG (g)	0
Fibra (g)	0,1
Grasas (g)	93,3
AGS (g)	14,8
AGM (g)	51,1
AGP (g)	22
Colesterol (mg)	138,6

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Pimientos fritos

Gluten*

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Vegetal Plato: Acompañamiento Fritura

Ingredientes

Pimiento verde

Sal

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:06

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	141,26
Proteínas (g)	0,53
Hidratos carbono (g)	1,33
IG (g)	0
Fibra (g)	
Grasas (g)	14,54
AGS (g)	
AGM (g)	
AGP (g)	
Colesterol (mg)	

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Naranja

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Naranjas

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	38
Proteínas (g)	0,8
Hidratos carbono (g)	8,6
IG (g)	0
Fibra (g)	2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,028
AGM (g)	0,055
AGP (g)	0,076
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

MENÚ 2

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 05/12/2024 11:46:07

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Arroz a la cubana

Apio Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Arroz Ovolactovegetariano

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Cebolla

Huevos, frito

Laurel

Aceite de girasol

Arroz

Mantequilla

Caldo magro (elaboracion propia) *

* Cebolla Puerros Zanahorias Apio Tomate pera Perejil Ajos pelados Laurel Tomillo Agua

Salsa de tomate (elaboracion propia) *

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

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal) 167,5

Proteínas (g) 2,3

Hidratos carbono (g) 25,45

IG (g) 0

Fibra (g) 4,43

Grasas (g) 6,2

AGS (g) 0,84

AGM (g) 2,78

AGP (g) 2,26

Colesterol (mg) 0

Minerales

Calcio (mg)

Hierro (mg)

Yodo (mg)

Magnesio (mg)

Zinc (mg)

Selenio (mg)

Sodio (mg)

Potasio (mg)

Fósforo (mg)

Denominación

Alérgenos

**Albóndigas de garbanzos en salsa de
almendras**

Apio Gluten Huevos Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Legumbres

Plato: Segundo Cocción

Ingredientes

Acelgas

Ajos pelados

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 05/12/2024 11:46:07

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Cebolla
Guisantes
Pimiento morrón
Champiñón
Harina
Garbanzos
Patatas
Huevos
Canela, molida
Nuez moscada
Pan rallado
Perejil
Salsa (elaboracion propia) *

* Aceite de oliva Ajos pelados Cebolla Puerros Almendras Tomillo Laurel Sal Caldo magro

Denominación

Alérgenos

Pimientos fritos

Gluten*

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Vegetariano Plato: Acompañamiento Fritura

Ingredientes

Pimiento verde
Sal
Aceite de girasol

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	141,26
Proteínas (g)	0,53
Hidratos carbono (g)	1,33
IG (g)	0
Fibra (g)	
Grasas (g)	14,54
AGS (g)	
AGM (g)	
AGP (g)	
Colesterol (mg)	

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:07

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Naranja

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre fresca

Ingredientes

Naranjas

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	38
Proteínas (g)	0,8
Hidratos carbono (g)	8,6
IG (g)	0
Fibra (g)	2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,028
AGM (g)	0,055
AGP (g)	0,076
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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:07

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

MIÉRCOLES, 11 DE DICIEMBRE DE 2024

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Macarrones a la boloñesa	Gluten Lácteos Sulfitos
Familia	Técnica culinaria

Pasta y cereales

Plato: Primero

Ingredientes

Ajos pelados

Cebolla

Pimiento verde

Zanahorias

Tomate triturado, lata

Ternera, carne picada

Cerdo, paleta picada

Vino tinto

Laurel

Orégano

Pimienta blanca molida

Sal, para cocción de pasta y sazónamiento

Queso mozzarella

Aceite de girasol, para la pasta

Aceite de girasol, para la salsa

Macarrones

Queso rallado

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	160
Proteínas (g)	7,36
Hidratos carbono (g)	21,7
IG (g)	0
Fibra (g)	2,03
Grasas (g)	4,1
AGS (g)	1,08
AGM (g)	1,28
AGP (g)	1,06
Colesterol (mg)	9,84

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:07

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Cazón en amarillo

Crustáceos Gluten Pescado Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Pescado

Plato: Segundo

Ingredientes

Limón, zumo

Ajos pelados

Cebolla

Patatas

Cazón, '

Gambas

Vino blanco

Azafrán

Colorante amarillo

Laurel

Aceite de oliva

Fécula de maíz

Pan frito

Majado, aceite de oliva, ajos, azafrán hebra, pimienta grano, colorante, vino blanco

Fumet blanco de pescado (elaboracion propia) *

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

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	76,8
Proteínas (g)	5,75
Hidratos carbono (g)	5,89
IG (g)	0
Fibra (g)	0,32
Grasas (g)	2,76
AGS (g)	0,49
AGM (g)	1,54
AGP (g)	0,45
Colesterol (mg)	13,4

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Escalibada

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento Asado

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 05/12/2024 11:46:07

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Berenjena

Cebolla

Pimiento verde

Tomate pera

Orégano

Aceite de oliva

Denominación

Alérgenos

Piña

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	49
Proteínas (g)	0,5
Hidratos carbono (g)	11,5
IG (g)	0
Fibra (g)	1,2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0
AGM (g)	0,1
AGP (g)	0,1
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

MENÚ 2

Denominación

Alérgenos

Macarrones a la cazadora

Apio Gluten Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Pasta y cereales Ovolactovegetariano Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Apio

Cebolla

Tomate pera

Zanahorias

Champiñón

Orégano

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 05/12/2024 11:46:07

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Romero, infusión

Aceite de girasol

Macarrones

Queso, 80 g mozzarella, 80 g parmesano

Salvia

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	272
Proteínas (g)	7,18
Hidratos carbono (g)	29,4
IG (g)	0
Fibra (g)	2,49
Grasas (g)	13,4
AGS (g)	2,25
AGM (g)	2,76
AGP (g)	7,55
Colesterol (mg)	4,44

Minerales

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

Denominación

Pimientos del piquillo rellenos de verdura

Alérgenos

Apio Gluten Sulfitos

Familia

Verduras y hortalizas

Técnica culinaria

Plato: Segundo Cocción

Ingredientes

Apio

Calabacines

Cebolla

Pimiento verde

Puerros

Tomate pera

Zanahorias

Pimiento del piquillo

Sal

Aceite de oliva

Harina de trigo

Salsa (elaboracion propia) *

* Zanahorias Cebolla Caldo de carne Harina Coñac Vino blanco 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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:08

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Menestra de verduras

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento Cocción

Ingredientes

Brócoli
Calabacines
Col
Coliflor
Judías verdes
Zanahorias, baby
Champiñón
Aderezo, ajos, aceite, vinagre

Denominación

Alérgenos

Piña

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	49
Proteínas (g)	0,5
Hidratos carbono (g)	11,5
IG (g)	0
Fibra (g)	1,2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0
AGM (g)	0,1
AGP (g)	0,1
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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:08

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

JUEVES, 12 DE DICIEMBRE DE 2024

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Sopa juliana	Apio Gluten Sulfitos
Familia	Técnica culinaria
Verduras y hortalizas	Plato: Primero Guiso
Ingredientes	

Apio

Calabacines

Cebolla

Col

Judías verdes

Puerros

Zanahorias

Champiñón

Pollo

Fideos, cabello

Caldo blanco de ave (elaboracion propia) *

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

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	38,1
Proteínas (g)	2,91
Hidratos carbono (g)	2,65
IG (g)	0
Fibra (g)	0,63
Grasas (g)	1,59
AGS (g)	0,11
AGM (g)	0,12
AGP (g)	0,14
Colesterol (mg)	3,28

Minerales

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

Denominación	Alérgenos
Plato alpujarreño	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 05/12/2024 11:46:08

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja



Información de los platos

Cebolla
Pimiento verde
Patatas
Huevos, frito
Chorizo
Jamón serrano
Cerdo, lomo, filete
Sal
Aceite de oliva
Aceite de girasol, para fritura

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

Alérgenos

Banana

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre

Ingredientes

MENÚ 2

Denominación

Alérgenos

Sopa juliana

Apio Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Sopas

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Apio
Calabacines
Cebolla

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 05/12/2024 11:46:08

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja



Información de los platos

Col
Judías verdes
Puerros
Zanahorias
Champiñón
Caldo magro (elaboracion propia) *

* Cebolla Puerros Zanahorias Apio Tomate pera Perejil Ajos pelados Laurel Tomillo Agua

Denominación

Alérgenos

Queso rebozado en crocante

Gluten Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Lácteos

Plato: Segundo Fritura

Ingredientes

Almendras
Huevos
Harina de trigo
Pan rallado
Queso, camembert
Mermelada de fresas, fresas, azúcar, limón

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	279
Proteínas (g)	14
Hidratos carbono (g)	24,2
IG (g)	0
Fibra (g)	1,06
Grasas (g)	13,7
AGS (g)	6,65
AGM (g)	4,65
AGP (g)	0,88
Colesterol (mg)	77,4

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Patatas a lo pobre y huevo frito

Gluten* Huevos Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Patatas

Plato: Acompañamiento Fritura

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 05/12/2024 11:46:08

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Banana

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre

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 05/12/2024 11:46:08

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja



Información de los platos

VIERNES, 13 DE DICIEMBRE DE 2024

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Patatas a la riojana	Apio Sulfitos
Familia	Técnica culinaria

Patatas Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Alcachofas

Cebolla

Judías verdes

Zanahorias

Patatas

Chorizo

Cerdo, costillas

Aceite de oliva

Aceite de girasol

Colorante

Majado (elaboracion propia) *

* Aceite de oliva Azafrán Ajos pelados Cebolla caída Pimiento seco cornicabra

Fondo blanco de cerdo (elaboracion propia) *

* Huesos de cerdo Huesos de canilla Ternera o buey Cebolla Puerros Zanahorias Apio Agua Sal

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	93,8
Proteínas (g)	4,75
Hidratos carbono (g)	6,58
IG (g)	0
Fibra (g)	1,38
Grasas (g)	5,05
AGS (g)	1,62
AGM (g)	1,95
AGP (g)	0,57
Colesterol (mg)	12,6

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:09

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Ternera a la carbonada

Apio Gluten Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Carnes

Plato: Segundo Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Cebolla

Ternera, contra

Cerveza

Vino tinto

Sal

Aceite de oliva

Harina de trigo

Maíz, fécula

Fondo oscuro de carne (elaboracion propia) *

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

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	103
Proteínas (g)	5,24
Hidratos carbono (g)	7,64
IG (g)	0
Fibra (g)	0,18
Grasas (g)	4,06
AGS (g)	0,92
AGM (g)	1,31
AGP (g)	0,92
Colesterol (mg)	11,7

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Fritura de hortalizas

Gluten

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento Fritura

Ingredientes

Berenjena

Calabacines

Cebolla

Pimiento rojo

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 05/12/2024 11:46:09

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Pimiento verde

Aceite de girasol, fritura

Harina de trigo, fritura

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	128
Proteínas (g)	3,12
Hidratos carbono (g)	18
IG (g)	0
Fibra (g)	2,04
Grasas (g)	4,36
AGS (g)	0,59
AGM (g)	0,96
AGP (g)	2,57
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Arroz con leche

Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Arroz

Plato: Postre Cocción

Ingredientes

Esencia de cítricos

Almendras

Agua

Canela, molida

Canela, rama

Azúcar

Fécula de maíz

Arroz

Leche condensada

Leche entera

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 05/12/2024 11:46:09

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	143
Proteínas (g)	3
Hidratos carbono (g)	25,7
IG (g)	0
Fibra (g)	0,11
Grasas (g)	3,09
AGS (g)	1,85
AGM (g)	0,9
AGP (g)	0,14
Colesterol (mg)	11,1

Minerales

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

MENÚ 2

Denominación

Alérgenos

Patatas en ajo pollo

Apio Gluten Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Sopas Vegano

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Cebolla

Judías verdes

Puerros

Zanahorias

Pimiento morrón

Patatas

Colorante amarillo

Aceite de oliva

Majado, aceite de oliva, ajos, azafrán, almendras y pan

Caldo magro (elaboracion propia) *

* Cebolla Puerros Zanahorias Apio Tomate pera Perejil Ajos pelados Laurel Tomillo Agua

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 05/12/2024 11:46:09

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja**



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	71,5
Proteínas (g)	2,34
Hidratos carbono (g)	10,4
IG (g)	0
Fibra (g)	1,73
Grasas (g)	1,84
AGS (g)	0,17
AGM (g)	1,06
AGP (g)	0,41
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

Denominación

San Jacobo de calabacín

Alérgenos

Gluten Huevos Lácteos Soja

Familia

Verduras y hortalizas

Plato

Ovolactovegetariano

Orden

Plato Segundo

Técnica culinaria

Fritura

Ingredientes

Calabacines

Huevos

Aceite de girasol

Harina de trigo

Pan rallado

Queso

Leche entera

Tempe

Salsa de tomate (elaboracion propia) *

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

Denominación

Alcachofas salteadas

Alérgenos

Familia

Verduras y hortalizas

Plato

Plato: Acompañamiento

Técnica culinaria

Ingredientes

Ajos pelados

Alcachofas

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:09

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedores de Fuentenueva, Aynadamar y
Cartuja



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Arroz con leche

Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Arroz

Plato: Postre Cocción

Ingredientes

Esencia de cítricos

Almendras

Agua

Canela, molida

Canela, rama

Azúcar

Fécula de maíz

Arroz

Leche condensada

Leche entera

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	143
Proteínas (g)	3
Hidratos carbono (g)	25,7
IG (g)	0
Fibra (g)	0,11
Grasas (g)	3,09
AGS (g)	1,85
AGM (g)	0,9
AGP (g)	0,14
Colesterol (mg)	11,1

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:09

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

MARTES, 10 DE DICIEMBRE DE 2024

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
--------------	-----------

Arroz a la cubana

Apio Huevos Lácteos

Familia	Técnica culinaria
---------	-------------------

Arroz

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Cebolla

Clavo entero

Laurel

Aceite de girasol

Arroz

Mantequilla

Caldo blanco de ave (elaboracion propia) *

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

Salsa de tomate (elaboracion propia) *

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

Denominación	Alérgenos
--------------	-----------

Pechuga de pollo a la parrilla

Familia	Técnica culinaria
---------	-------------------

Carnes

Plato: Segundo Plancha

Ingredientes

Ajos pelados

Pollo

Pimienta blanca molida

Sal

Tomillo

Aceite de oliva

Aceite de girasol

Perejil

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 05/12/2024 11:46:10

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	958,7
Proteínas (g)	28,8
Hidratos carbono (g)	1,5
IG (g)	0
Fibra (g)	0,1
Grasas (g)	93,3
AGS (g)	14,8
AGM (g)	51,1
AGP (g)	22
Colesterol (mg)	138,6

Minerales

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

Denominación

Alérgenos

Pimientos fritos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Plato: Acompañamiento Fritura

Ingredientes

Pimiento verde
Sal
Aceite de girasol

Denominación

Alérgenos

Naranja

Familia

Técnica culinaria

Frutas Plato: Postre fresca

Ingredientes

Naranjas

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 05/12/2024 11:46:10

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	38
Proteínas (g)	0,8
Hidratos carbono (g)	8,6
IG (g)	0
Fibra (g)	2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,028
AGM (g)	0,055
AGP (g)	0,076
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

MENÚ 2

Denominación

Alérgenos

Arroz a la cubana

Apio Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Arroz Ovoflactovegetariano

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados
Cebolla
Huevo entero pasteurizado
Caldo magro
Clavo entero
Laurel
Salsa de tomate
Aceite de girasol
Arroz
Mantequilla

Denominación

Alérgenos

**Albóndigas de garbanzos en salsa de
almendras**

Apio Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Legumbres

Plato: Segundo Cocción

Ingredientes

Acelgas
Ajos pelados
Cebolla

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 05/12/2024 11:46:10

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Guisantes

Puerros

Pimiento morrón

Tomate triturado

Champiñón

Garbanzos

Patatas

Huevos

Caldo magro

Canela, molida

Laurel

Nuez moscada

Sal

Tomillo

Aceite de oliva

Harina de garbanzo

Perejil

Denominación

Alérgenos

Pimientos fritos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento

Fritura

Ingredientes

Pimiento verde

Sal

Aceite de girasol

Denominación

Alérgenos

Naranja

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre

fresca

Ingredientes

Naranjas

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 05/12/2024 11:46:10

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	38
Proteínas (g)	0,8
Hidratos carbono (g)	8,6
IG (g)	0
Fibra (g)	2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0,028
AGM (g)	0,055
AGP (g)	0,076
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

Servicio de Comedores Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:10

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de la Salud (PTS)



Información de los platos

MIÉRCOLES, 11 DE DICIEMBRE DE 2024

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Macarrones a la boloñesa	Lácteos Sulfitos
Familia	Técnica culinaria
Pasta y cereales	Plato: Primero Cocción
Ingredientes	

Ternera, y cerdo

Orégano

Pimienta blanca molida

Sal

Aceite de girasol

Macarrones

Terminación, queso rallado y mozzarella

Salsa (elaboracion propia) *

* Aceite de girasol Ajos pelados Cebolla Pimiento verde Zanahorias Tomate triturado Laurel Vino blanco Pimienta blanca molida Orégano

Denominación	Alérgenos
Cazón en amarillo	Crustáceos Pescado Sulfitos
Familia	Técnica culinaria
Pescado	Plato: Segundo Horno
Ingredientes	

Limón, zumo

Ajos pelados

Cebolla

Patatas

Cazón, '

Gambas

Vino blanco

Azafrán, hebra

Laurel

Pimienta negra grano

Aceite de oliva

Fécula de maíz

Colorante

Fumet blanco de pescado (elaboracion propia) *

* Ajos pelados Puerros Cebolla Pimienta negra grano Laurel Rape espinas Vino blanco Perejil Agua 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.



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:10

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Escalibada

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Plato: Acompañamiento Asado

Ingredientes

Berenjena

Cebolla

Pimiento verde

Tomate pera

Orégano

Aceite de oliva

Denominación

Alérgenos

Piña

Familia

Técnica culinaria

Frutas Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	49
Proteínas (g)	0,5
Hidratos carbono (g)	11,5
IG (g)	0
Fibra (g)	1,2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0
AGM (g)	0,1
AGP (g)	0,1
Colesterol (mg)	0

Minerales

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

MENÚ 2

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 05/12/2024 11:46:10

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Macarrones a la cazadora

Apio Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Pasta y cereales

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Apio

Cebolla

Tomate pera

Zanahorias

Champiñón

Orégano

Romero, infusión

Aceite de girasol

Macarrones

Queso, 80 g mozzarella, 80 g parmesano

Salvia

Denominación

Alérgenos

Pimientos del piquillo rellenos de verduras

Apio Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Segundo

Ingredientes

Apio

Calabacines

Cebolla

Pimiento verde

Puerros

Tomate pera

Zanahorias

Pimiento del piquillo

Caldo magro

Coñac

Vino blanco

Sal

Aceite de oliva

Fécula de maíz

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 05/12/2024 11:46:11

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Menestra de verduras

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento Cocción

Ingredientes

Brócoli
Calabacines
Col
Coliflor
Judías verdes
Zanahorias, baby
Champiñón
Aderezo, ajos, aceite, vinagre

Denominación

Alérgenos

Piña

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	49
Proteínas (g)	0,5
Hidratos carbono (g)	11,5
IG (g)	0
Fibra (g)	1,2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0
AGM (g)	0,1
AGP (g)	0,1
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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:11

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

JUEVES, 12 DE DICIEMBRE DE 2024

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
--------------	-----------

Sopa juliana

Apio Sulfitos

Familia	Técnica culinaria
---------	-------------------

Sopas

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Apio

Calabacines

Cebolla

Col

Judías verdes

Puerros

Zanahorias

Champiñón

Pollo

Fideos, sin gluten

Caldo blanco de ave (elaboracion propia) *

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

Denominación	Alérgenos
--------------	-----------

Plato alpujarreño

Huevos

Familia	Técnica culinaria
---------	-------------------

Carnes

Plato: Segundo

Ingredientes

Cebolla

Pimiento verde

Patatas

Huevos, frito

Chorizo

Jamón serrano

Cerdo, lomo

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:11

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Banana

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre

Ingredientes

MENÚ 2

Denominación

Alérgenos

Sopa juliana

Apio Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Sopas

Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Apio
Calabacines
Cebolla
Col
Judías verdes
Puerros
Zanahorias
Champiñón
Caldo magro (elaboracion propia) *
* Cebolla Puerros Zanahorias Apio Tomate pera Perejil Ajos pelados Laurel Tomillo Agua

Denominación

Alérgenos

Queso rebozado en crocante

Huevos Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Lácteos

Plato: Segundo Fritura

Ingredientes

Almendras
Huevos
Fécula de maíz
Harina de garbanzo
Queso
Mermelada de fresas

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 05/12/2024 11:46:11

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Patatas a lo pobre y Huevo frito

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Patatas

Plato: Acompañamiento Fritura

Ingredientes

Denominación

Alérgenos

Banana

Familia

Técnica culinaria

Frutas

Plato: Postre

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 05/12/2024 11:46:11

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

VIERNES, 13 DE DICIEMBRE DE 2024

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Patatas a la riojana	Apio Sulfitos
Familia	Técnica culinaria

Patatas Plato: Primero Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Alcachofas

Cebolla

Judías verdes

Zanahorias

Patatas

Chorizo

Cerdo, costillas

Aceite de oliva

Aceite de girasol

Colorante

Majado (elaboracion propia) *

* *Aceite de oliva Azafrán Ajos pelados Cebolla caída Pimiento seco cornicabra*

Fondo blanco de cerdo (elaboracion propia) *

* *Huesos de cerdo Huesos de canilla Ternera o buey Cebolla Puerros Zanahorias Apio Agua Sal*

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	93,8
Proteínas (g)	4,75
Hidratos carbono (g)	6,58
IG (g)	0
Fibra (g)	1,38
Grasas (g)	5,05
AGS (g)	1,62
AGM (g)	1,95
AGP (g)	0,57
Colesterol (mg)	12,6

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:11

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

Ternera a la carbonada

Apio Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Carnes

Plato: Segundo Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Cebolla

Ternera

Cerveza

Vino tinto

Sal

Aceite de girasol

Fécula de maíz

Harina de garbanzo

Bouquet, garni

Fondo oscuro de carne (elaboracion propia) *

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

Denominación

Alérgenos

Menestra

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas

Plato: Acompañamiento

Ingredientes

Acelgas

Ajos pelados

Col

Coliflor

Judías verdes

Pimiento rojo, lamuyo

Zanahorias, baby

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

Servicio de Comedores
Universitarios

Actualizado 05/12/2024 11:46:11

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	164,37
Proteínas (g)	1,99
Hidratos carbono (g)	6,92
IG (g)	0
Fibra (g)	
Grasas (g)	13,86
AGS (g)	
AGM (g)	
AGP (g)	
Colesterol (mg)	

Minerales

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

Denominación

Arroz con leche

Alérgenos

Lácteos

Familia

Arroz

Técnica culinaria

Plato: Postre Cocción

Ingredientes

Esencia de cítricos

Almendras

Agua

Canela, molida

Canela, rama

Azúcar

Fécula de maíz

Arroz

Leche condensada

Leche entera

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 05/12/2024 11:46:12

+ Información en la web: scu.ugr.es

Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de la Salud (PTS)



Información de los platos

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	143
Proteínas (g)	3
Hidratos carbono (g)	25,7
IG (g)	0
Fibra (g)	0,11
Grasas (g)	3,09
AGS (g)	1,85
AGM (g)	0,9
AGP (g)	0,14
Colesterol (mg)	11,1

Minerales

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

MENÚ 2

Denominación

Alérgenos

Patatas en ajo pollo

Apio Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Patatas

Plato: Primero

Cocción

Ingredientes

Ajos pelados

Cebolla

Judías verdes

Puerros

Zanahorias

Pimiento morrón

Patatas

Aceite de oliva

Colorante

Majado (elaboracion propia) *

* Aceite de oliva Ajos pelados Azafrán hebra Almendras

Caldo magro (elaboracion propia) *

* Cebolla Puerros Zanahorias Apio Tomate pera Perejil Ajos pelados Laurel Tomillo Agua

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 05/12/2024 11:46:12

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Denominación

Alérgenos

**Pastel de boniato, patata y cebolla
caramelizada**

Sésamo

Familia

Técnica culinaria

Repostería

Plato: Segundo Horno

Ingredientes

Cebolla
Cilantro, semillas
Nueces
Boniato
Patatas
Comino molido
Sal
Tomillo
Aceite de oliva
Harina de garbanzo
Levadura
Pimienta
Semilla de amapola

Denominación

Alérgenos

Alcachofas salteadas

Familia

Técnica culinaria

Verduras y hortalizas Plato: Acompañamiento

Ingredientes

Ajos pelados
Alcachofas
Aceite de oliva

Denominación

Alérgenos

Arroz con leche

Lácteos

Familia

Técnica culinaria

Arroz Plato: Postre Cocción

Ingredientes

Esencia de cítricos
Almendras
Agua
Canela, molida
Canela, rama
Azúcar

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 05/12/2024 11:46:12

+ Información en la web: scu.ugr.es

**Menú Comedor del Parque Tecnológico de Ciencias de
la Salud (PTS)**



Información de los platos

Fécula de maíz

Arroz

Leche condensada

Leche entera

Valor nutricional aproximado (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	143
Proteínas (g)	3
Hidratos carbono (g)	25,7
IG (g)	0
Fibra (g)	0,11
Grasas (g)	3,09
AGS (g)	1,85
AGM (g)	0,9
AGP (g)	0,14
Colesterol (mg)	11,1

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.