

**TABLA DE PORCIONADO**

NOMBRE DEL PLATO	TIPO	Gramaje 3-6 años	MEDIDA CULINARIA	Gramaje 7-12 años	MEDIDA CULINARIA2	13-15 años NIÑAS	MEDIDA CULINARIA3	NIÑOS3	MEDIDA CULINARIA32	16-18 años NIÑAS	MEDIDA CULINARIA43	NIÑOS4	MEDIDA CULINARIA42
Albóndigas de pollo y ternera en salsa		100g	2 unidades + salsa	125g	2,5 unidades + salsa	150g	3 unidades + salsa	160g	4 unidades + salsa	150g	3 unidades + salsa	160g	4 unidades + salsa
Albóndigas de pollo en salsa casera		100g	2 unidades + salsa	125g	2,5 unidades + salsa	150g	3 unidades + salsa	160g	4 unidades + salsa	150g	3 unidades + salsa	160g	4 unidades + salsa
Albóndigas de pollo a la jardinera		100g	2 unidades + salsa	125g	2,5 unidades + salsa	150g	3 unidades + salsa	160g	4 unidades + salsa	150g	3 unidades + salsa	160g	4 unidades + salsa
Arroz a la cubana		145g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	220g	1 cazo	260g	1,5 cazos	220g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Arroz salteado con salsa de tomate		145g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	220g	1 cazo	260g	1,5 cazos	220g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Arroz salteado	GUARNICIÓN	55g	*	55g	*	50g	*	60g	*	70g	*	80g	*
Arroz salteado con zanahoria	GUARNICIÓN	55g	*	55g	*	50g	*	60g	*	70g	*	80g	*
Bacalao al horno en salsa de tomate		80g	0,5 porción + salsa	115g	1 porción + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa
Canelones (de atún, de carne...)		165g	1 porción pequeña	180g	1 porción	190g	1 porción	200g	1 porción	190g	1 porción	200g	1 porción
Carne en salsa		95g	0,5 cazo	140g	1 cazo pequeño	190g	1 cazo	200g	1 cazo	190g	1 cazo	200g	1 cazo
Carne con tomate		95g	0,5 cazo	140g	1 cazo pequeño	190g	1 cazo	200g	1 cazo	190g	1 cazo	200g	1 cazo
Churrasquito de pollo a la jardinera		95g	0,5 cazo	140g	1 cazo pequeño	190g	1 cazo	200g	1 cazo	190g	1 cazo	200g	1 cazo
Churrasquito de pollo al limón		55g	1 filete pequeño	75g	1 filete	90g	1 filete	100g	1 filete grande	90g	1 filete	100g	1 filete grande
Cocido de garbanzos (con verduras, con pollo...)		170g	1 cazo	230g	1 cazo	330g	1,5 cazos	355g	1,5 cazos	390g	2 cazos	415g	2 cazos
Crema de verduras (calabacín, calabaza, siete verduras, vichyssoise, zanahorias...)		140g	1 cazo pequeño	150g	1 cazo pequeño	250g	1 cazo	285g	1,5 cazos	250g	1 cazo	285g	1,5 cazos
Crema de verduras con queso (calabacín, calabaza, siete verduras, vichyssoise, zanahorias...)		140g	1 cazo pequeño	150g	1 cazo pequeño	250g	1 cazo	285g	1,5 cazos	250g	1 cazo	285g	1,5 cazos
Croquetas (de pollo, de bacalao...)		60g	2 unidades	80g	2 unidades	110g	3 unidades	120g	3 unidades	115g	3 unidades	120g	3 unidades
Empanadillas de atún		75g	1-2 unidades	110g	2-3 unidades	150g	3-4 unidades	160g	3-4 unidades	150g	3-4 unidades	160g	3-4 unidades
Ensalada de pasta		150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Ensaladilla rusa		150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Estofado de patatas (con merluza y pota, con pollo, con magro, con costillas, con chorizo, con vacuno...)		185g	1 cazo	225g	1 cazo	230g	1 cazo	280g	1,5 cazos	230g	1 cazo	280g	1,5 cazos
Fruta	X	90g	*	175g	*	150g	*	200g	*	150g	*	200g	*
Guisantes salteados	GUARNICIÓN	70g	*	70g	*	120g	*	150g	*	120g	*	150g	*

Guiso de arroz (con pollo, con magro, marinera...)		145g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	220g	1 cazo	260g	1,5 cazos	220g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Hamburguesa de merluza y jibia a la jardinera		100g	1 unidad + salsa	125g	1 unidad + salsa	150g	1,5 unidades + salsa	160g	1,5 unidades + salsa	150g	1,5 unidades + salsa	160g	1,5 unidades + salsa
Hamburguesa de merluza en salsa de verduras		100g	1 unidad + salsa	125g	1 unidad + salsa	150g	1,5 unidades + salsa	160g	1,5 unidades + salsa	150g	1,5 unidades + salsa	160g	1,5 unidades + salsa
Hamburguesa de salmón en salsa de verduras		100g	1 unidad + salsa	125g	1 unidad + salsa	150g	1,5 unidades + salsa	160g	1,5 unidades + salsa	150g	1,5 unidades + salsa	160g	1,5 unidades + salsa
Hamburguesa al horno/plancha		65g	0,5 unidades	90g	1 unidad	115g	1 unidad	125g	1,5 unidades	115g	1 unidad	125g	1,5 unidades
Huevos a la bechamel rebozados		65g	2 unidades	95g	2 unidades	125g	4 unidades	125g	4 unidades	125g	4 unidades	125g	4 unidades
Lasaña (de cerdo, de pavo, de pollo, de verduras...)		165g	1 porción pequeña	180g	1 porción	190g	1 porción	200g	1 porción	190g	1 porción	200g	1 porción
Lechuga aliñada con aceite de oliva virgen extra y sal yodada	GUARNICIÓN	70g	*	70g	*	120g	*	150g	*	120g	*	150g	*
Lentejas estofadas (con verduras, con magro, con pollo, con chorizo...)		170g	1 cazo pequeño	235g	1 cazo	335g	1,5 cazos	355g	1,5 cazos	390g	2 cazos	415g	2 cazos
Lomo adobado (horno/plancha)		55g	1 filete pequeño	75g	1 filete	90g	1 filete	100g	1 filete grande	90g	1 filete	100g	1 filete grande
Lomo de cerdo al horno		55g	1 filete pequeño	75g	1 filete	90g	1 filete	100g	1 filete grande	90g	1 filete	100g	1 filete grande
Lomo de cerdo en salsa		95g	0,5 cazo	140g	1 cazo pequeño	190g	1 cazo	200g	1 cazo	190g	1 cazo	200g	1 cazo
Merluza a la jardinera		80g	0,5 porción + salsa	115g	1 porción + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa
Merluza en salsa		80g	0,5 porción + salsa	115g	1 porción + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa
Merluza al horno en salsa de verduras		80g	0,5 porción + salsa	115g	1 porción + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa
Nuggets de pollo		75g	1 unidades	110g	2 unidades	150g	3 unidades	160g	3 unidades	150g	3 unidades	160g	3 unidades
Pan / Pan integral	X	45g	*	45g	*	60g	*	60g	*	60g	*	60g	*
Pasta a la napolitana		150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Pasta con salsa carbonara (Macarrones, espirales, caracoles, espaguetis...)		150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Pasta con salsa boloñesa (Macarrones, espirales, caracoles, espaguetis...)		150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Pasta con salsa de tomate (Macarrones, espirales, caracoles, espaguetis...)		150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Pasta con salsa de tomate y atún (Macarrones, espirales, caracoles, espaguetis...)		150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Pasta salteada con salsa de tomate y pavo (Macarrones, espirales, caracoles, espaguetis...)		150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Patatas al horno	GUARNICIÓN	50g	*	50g	*	85g	*	90g	*	85g	*	90g	*

Patatas panaderas	GUARNICIÓN	50g	*	50g	*	85g	*	90g	*	85g	*	90g	*
Pavo a la jardinera		95g	0,5 cazo	140g	1 cazo pequeño	190g	1 cazo	200g	1 cazo	190g	1 cazo	200g	1 cazo
Pavo en salsa		95g	0,5 cazo	140g	1 cazo pequeño	190g	1 cazo	200g	1 cazo	190g	1 cazo	200g	1 cazo
Pavo a la plancha en salsa casera		95g	0,5 cazo	140g	1 cazo pequeño	190g	1 cazo	200g	1 cazo	190g	1 cazo	200g	1 cazo
Pinchitos de pollo		45g	4-5 porciones	65g	6-7 porciones	80g	8 porciones	90g	9 porciones	80g	8 porciones	90g	9 porciones
Potaje de alubias (con verduras, con pollo, con magro, con chorizo...)		170g	1 cazo pequeño	235g	1 cazo	335g	1,5 cazos	355g	1,5 cazos	390g	2 cazos	415g	2 cazos
Potaje de garbanzos (con verduras, con pollo, con magro, con chorizo...)		170g	1 cazo	235g	1 cazo	330g	1,5 cazos	360g	1,5 cazos	390g	2 cazos	415g	2 cazos
Puchero de garbanzos (con verduras, con pollo...)		170g	1 cazo	235g	1 cazo	330g	1,5 cazos	360g	1,5 cazos	390g	2 cazos	415g	2 cazos
Salchichas de pollo en salsa de tomate		100g	2 unidades + salsa	125g	2,5 unidades + salsa	150g	3 unidades + salsa	160g	4 unidades + salsa	150g	3 unidades + salsa	160g	4 unidades + salsa
Salmón al horno		65g	1 filete	100g	1 filete	140g	1 filete + salsa	150g	1,5 filetes	140g	1 filete + salsa	150g	1,5 filetes
Tilapia al horno al ajillo		75g	1 filete pequeño	110g	1 filete	150g	1,5 filetes	160g	1,5 filetes	150g	1,5 filetes	160g	1,5 filetes
Tilapia a la menier		75g	1 filete pequeño	110g	1 filete	150g	1,5 filetes	160g	1,5 filetes	150g	1,5 filetes	160g	1,5 filetes
Tilapia en salsa de verduras (horno/plancha)		80g	0,5 porción + salsa	115g	1 porción + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa	155g	1 porción + salsa	165g	1,5 porciones + salsa
Tomate y maíz	GUARNICIÓN	70g	*	70g	*	120g	*	150g	*	120g	*	150g	*
Tortilla de patatas		80g	1 porción	100g	1 porción	120g	2 porciones	120g	2 porciones	120g	2 porciones	120g	2 porciones
Tortilla de patatas y calabacín		80g	1 porción	100g	1 porción	120g	2 porciones	120g	2 porciones	120g	2 porciones	120g	2 porciones
Tortilla francesa		65g	1 unidad	95g	1 unidad	125g	1,5 unidades	125g	1,5 unidades	125g	1,5 unidades	125g	1,5 unidades
Varitas de merluza		75g	1 unidades	110g	2 unidades	150g	3 unidades	160g	3 unidades	150g	3 unidades	160g	3 unidades
Yogur	X	1 unidad	*	1 unidad	*	2 unidades	*	2 unidades	*	2 unidades	*	2 unidades	*
Zanahorias salteadas	GUARNICIÓN	70g	*	70g	*	120g	*	150g	*	120g	*	150g	*
Zanahoria aliñada con aceite de oliva virgen extra y sal yodada	GUARNICIÓN	70g	*	70g	*	120g	*	150g	*	120g	*	150g	*