

TABLA DE RACIONES POR EDAD SEGÚN PLATO COMPONENTE DEL MENÚ BASAL.
CURSO 2023-2024.

29-abr.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Potaje de alubias blancas	Nº raciones/ barqueta	14	7		2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	160	320		
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Tortilla de patatas con calabacín	Nº raciones/ barqueta	16	16	6	1600
		Peso de la ración elaborada (g.)	100	100	250	
NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo					
Ensalada Clásica						
30-abr.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Crema de zanahorias	Nº raciones/ barqueta	10		7	2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	215		335	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Lacitos boloñesa	Nº raciones/ barqueta	15	13	9	2800
		Peso de la ración elaborada (g.)	185	220	295	
1-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Crema de calabacín	Nº raciones/ barqueta	10		7	2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	215		335	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Hamburguesa con salsa de zanahoria	Nº raciones/ barqueta	23	15	11	1500
		Peso de la ración elaborada (g.)	65	100	140	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Patatas panaderas al vapor	Nº raciones/ barqueta	17	12		1650
		Peso de la ración elaborada (g.)	100	140		
2-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
	Ensalada lechuga, col, zanahoria, maíz y huevo cocido					
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Puchero	Nº raciones/ barqueta	14	7		2200
Peso de la ración elaborada (g.)		155	310			
3-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Arroz con Tomate	Nº raciones/ barqueta	14	12	9	2300
		Peso de la ración elaborada (g.)	170	200	270	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Bacalao al ahorno en salsa verde	Nº raciones/ barqueta	16	10	7	1200
		Peso de la ración elaborada (g.)	75	115	170	
	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
Ensalda campestre						

	Infantil	Primaria	Secundaria
PAN BLANCO	20 g.	40 g.	60 g.
PAN INTEGRAL	20 g.		55 g.
Yogur natural azucarado	120 g		
FRUTA	Ver Anexo		

mediterránea

TABLA DE RACIONES POR EDAD SEGÚN PLATO COMPONENTE DEL MENÚ BASAL.
CURSO 2023-2024.

6-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Crema de verduras	Nº raciones/ barqueta	10		7	2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	215		335	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Estofado de Patatas con magro de cerdo	Nº raciones/ barqueta	11	8		2500
Peso de la ración elaborada (g.)		230	310			
7-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Coditos con tomate y queso	Nº raciones/ barqueta	15	14	11	2300
		Peso de la ración elaborada (g.)	150	160	215	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Bagre en salsa de adobo	Nº raciones/ barqueta	16	10	7	1200
		Peso de la ración elaborada (g.)	75	115	170	
	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
Ensalada mézclum						
8-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
	Ensalada Lechuga, maíz y queso fresco					
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Lentejas guisadas con arroz	Nº raciones/ barqueta	15	7		2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	150	300		
9-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Garbanzos con Espinacas	Nº raciones/ barqueta	16	8		2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	135	270		
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Jamoncito pollo al horno en salsa	Peso de la ración elaborada y deshuesada (g.)	60	100	135	2000
	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
Tomate natural						
10-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Crema de calabaza	Nº raciones/ barqueta	10		6	2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	215		350	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Arroz con tomate y pollo	Nº raciones/ barqueta	15	13	9	2700
Peso de la ración elaborada (g.)		175	215	285		

	Infantil	Primaria	Secundaria
PAN BLANCO	20 g.	40 g.	60 g.
PAN INTEGRAL	20 g.		55 g.
Yogur natural azucarado	120 g		
FRUTA	Ver Anexo		

mediterránea

TABLA DE RACIONES POR EDAD SEGÚN PLATO COMPONENTE DEL MENÚ BASAL.
CURSO 2023-2024.

13-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Potaje de alubias blancas con calabacín	Nº raciones/ barqueta	13	6		2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	170	340		
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Tortilla de patatas y cebolla	Nº raciones/ barqueta	12	12	6	1400
		Peso de la ración elaborada (g.)	116	116	220	
14-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
	Ensalada de Lechuga y Tomate					
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Crema hortelana	Nº raciones/ barqueta	10		7	2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	215		335	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
15-may.-24	Arroz con pavo y zanahoria	Nº raciones/ barqueta	12	10	8	2160
		Peso de la ración elaborada (g.)	180	220	280	
	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
	Ensalada lechuga, col, zanahoria, maíz y huevo cocido					
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Lacitos boloñesa	Nº raciones/ barqueta	15	13	9	2800
16-may.-24		Peso de la ración elaborada (g.)	185	220	295	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Crema de calabacín	Nº raciones/ barqueta	10		7	2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	215		335	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Hamburguesas con cebolla	Nº raciones/ barqueta	23	14	10	1350
17-may.-24		Peso de la ración elaborada (g.)	60	95	130	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Patatas panaderas al vapor	Nº raciones/ barqueta	17	12		1650
		Peso de la ración elaborada (g.)	100	140		
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Lentejas con verduras	Nº raciones/ barqueta	12	8		2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	190	290		
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Merluza al horno encebollada	Nº raciones/ barqueta	18	13	8	1200
		Peso de la ración elaborada (g.)	65	95	145	
	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
	Ensalada campestre					

	Infantil	Primaria	Secundaria
PAN BLANCO	20 g.	40 g.	60 g.
PAN INTEGRAL	20 g.		55 g.
Yogur natural azucarado		120 g	
FRUTA		Ver Anexo	

mediterránea

TABLA DE RACIONES POR EDAD SEGÚN PLATO COMPONENTE DEL MENÚ BASAL.
CURSO 2023-2024.

20-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Crema de verduras	Nº raciones/ barqueta	10		7	2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	215		335	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Estofado de Patatas con magro de cerdo	Nº raciones/ barqueta	11	8		2500
Peso de la ración elaborada (g.)		230	310			
21-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Arroz con Tomate	Nº raciones/ barqueta	14	12	9	2300
		Peso de la ración elaborada (g.)	170	200	270	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Tortilla francesa	Nº raciones/ barqueta	15	15	10	1125
		Peso de la ración elaborada (g.)	75	75	113	
	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
	Ensalada de lechuga					
22-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
	Ensalada Tomate, maíz y queso fresco					
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Potaje de garbanzos con calabacín	Nº raciones/ barqueta	14	7		2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	155	310		
23-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Coditos con tomate y orégano	Nº raciones/ barqueta	15	13	10	2300
		Peso de la ración elaborada (g.)	150	180	240	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Jamoncito pollo al horno	Peso de la ración elaborada y deshuesada (g.)	60	95	130	2000
	NOMBRE DEL PLATO	Ver detalle de ingredientes anexo				
Ensalada Clásica						
24-may.-24	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Crema de calabaza	Nº raciones/ barqueta	10		7	2200
		Peso de la ración elaborada (g.)	215		335	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Caballa al horno en salsa	Nº raciones/ barqueta	20	14	9	1200
		Peso de la ración elaborada (g.)	60	85	130	
	NOMBRE DEL PLATO	Grupos de edad	Infantil	Primaria	Secundaria	Peso barqueta (g.)
	Menestra al vapor	Nº raciones/ barqueta	30	18		1650
Peso de la ración elaborada (g.)		55	90			

	Infantil	Primaria	Secundaria
PAN BLANCO	20 g.	40 g.	60 g.
PAN INTEGRAL	20 g.		55 g.
Yogur natural azucarado	120 g		
FRUTA	Ver Anexo		

mediterránea

TABLA DE RACIONES POR EDAD SEGÚN PLATO COMPONENTE DEL MENÚ BASAL.
CURSO 2023-2024.

DETALLE DE INGREDIENTES:

Nombre del plato: Ens. Lechuga y Tomate			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Lechuga (g.)	27	27	45
Tomate (g.)	27	27	45
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	52	52	87
Tamaño estándar:	61	61	102
Límite superior:	70	70	117

Nombre del plato: Ens. Mézclum			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Ens. mézclum (g.)	54	54	90
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	52	52	87
Tamaño estándar:	61	61	102
Límite superior:	70	70	117

Nombre del plato: Ens. Lechuga, maíz y queso fresco			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Lechuga (g.)	108	108	180
Maíz (g.)	10	10	16,7
Queso fresco (g.)	10	10	16,7
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	115	115	192
Tamaño estándar:	135	135	225
Límite superior:	155	155	259

FRUTA completa (piezas enteras)	Infantil ciclo 2 (g.)	Primaria (g.)	Secundaria (g.)
Pera	90	170	
Manzana	95	175	
Plátano	110	200	
Mandarina	100	190	
Naranja	100	190	
Kiwi	95	175	

Nombre del plato: Ens. Campestre			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Ens. Campestre (g.)	54	54	90
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	52	52	87
Tamaño estándar:	61	61	102
Límite superior:	70	70	117

Nombre del plato: Ensalada de lechuga			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Lechuga (g.)	54	54	90
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	52	52	87
Tamaño estándar:	61	61	102
Límite superior:	70	70	117

Nombre del plato: Ens. Tomate, maíz y queso fresco			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Tomate (g.)	108	108	180
Queso fresco (g.)	10	10	16,7
Maíz (g.)	5	5	8,3
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	111	111	184
Tamaño estándar:	130	130	217
Límite superior:	150	150	249

FRUTA limpia y sin cáscara	Infantil ciclo 2 (g.)	Primaria (g.)	Secundaria (g.)
Pera	80	150	
Manzana	80	150	
Plátano	80	150	
Mandarina	80	150	
Naranja	80	150	
Kiwi	80	150	

Nombre del plato: Tomate natural			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Tomate (g.)	54	54	90
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	52	52	87
Tamaño estándar:	61	61	102
Límite superior:	70	70	117

Nombre del plato: Ens. Clásica			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Ens. Clásica (g.)	54	54	90
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	52	52	87
Tamaño estándar:	61	61	102
Límite superior:	70	70	117

Nombre del plato: Ens. 4 estaciones, maíz y huevo cocido			
Ingredientes:	Infantil ciclo 2	Primaria	Secundaria
Ens. 4 estac. (g.)	108	108	180
Maíz (g.)	10	10	16,7
Huevo duro (g.)	25	25	42
AOVE (g.)	5	5	8,3
Vinagre (g.)	2	2	3,3
Sal yodada (g.)	0,2	0,2	0,3
Límite inferior:	128	128	213
Tamaño estándar:	150	150	251
Límite superior:	173	173	288