

**TABLA DE PORCIONADO**  
**ACTUALIZADO EN ABRIL 2022**

<b>NOMBRE DEL PLATO</b>	<b>Gramaje 3-6 años</b>	<b>MEDIDA CULINARIA</b>	<b>Gramaje 7-12 años</b>	<b>MEDIDA CULINARIA2</b>	<b>13-15 años NIÑAS</b>	<b>MEDIDA CULINARIA3</b>	<b>NIÑOS3</b>	<b>MEDIDA CULINARIA32</b>	<b>16-18 años NIÑAS</b>	<b>MEDIDA CULINARIA43</b>	<b>NIÑOS4</b>	<b>MEDIDA CULINARIA42</b>
Abadejo 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
Abadejo 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
Albóndigas de merluza 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 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	55g	*	55g	*	50g	*	60g	*	70g	*	80g	*
Arroz salteado con zanahoria	55g	*	55g	*	50g	*	60g	*	70g	*	80g	*
Arroz tres delicias	145g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	220g	1 cazo	260g	1,5 cazos	220g	1 cazo	260g	1,5 cazos
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
Bacalao 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
Bacalao en salsa casera amarilla con guisantes	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
Buñuelos de bacalao	60g	3-4 unidades	80g	4 unidades	110g	5 unidades	120g	6 unidades	115g	5 unidades	120g	6 unidades
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
Churrasquito de pollo al ajillo	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
Fideuá	170g	1 cazo pequeño	235g	1 cazo	335g	1,5 cazos	355g	1,5 cazos	390g	2 cazos	415g	2 cazos
Fruta	90g	*	175g	*	150g	*	200g	*	150g	*	200g	*
Guisantes salteados	70g	*	70g	*	120g	*	150g	*	120g	*	150g	*
Guiso de arroz (con pollo, con magro, con pavo, 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 ternera, 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	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 al ajillo	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

Magro de cerdo en salsa (con guisantes, con tomate...)	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 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
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	45g	*	45g	*	60g	*	60g	*	60g	*	60g	*
Pasta a la napolitana (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 carbonara (Macarrones, espirales, caracoles, espaguetis, coditos...)	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, coditos...)	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, coditos...)	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, coditos...)	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, coditos...)	150g	1 cazo pequeño	175g	1 cazo	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos	225g	1 cazo	260g	1,5 cazos
Patatas al horno	50g	*	50g	*	85g	*	90g	*	85g	*	90g	*
Pavo al horno al ajillo	50g	*	50g	*	85g	*	90g	*	85g	*	90g	*
Patatas panaderas	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 en salsa (de tomate, de verduras...)	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	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
Tortilla francesa con atún	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	1 unidad	*	1 unidad	*	2 unidades	*	2 unidades	*	2 unidades	*	2 unidades	*
Zanahorias salteadas	70g	*	70g	*	120g	*	150g	*	120g	*	150g	*
Zanahoria aliñada con aceite de oliva virgen extra y sal yodada	70g	*	70g	*	120g	*	150g	*	120g	*	150g	*