

## GRAMAJES ACTUALIZACIÓN 9º PERÍODO

rev. 14/04/2026

Plato	Infantil Ciclo 2	Primaria (gramos)	Secundaria (gramos)	Media
Pan integral 100% ecológico	20,00	20,00	60,00	20,00
Pan blanco rev.2	20,00	20,00	60,00	20,00
Abadejo al horno en salsa de verduras rev.3	77,00	109,00	164,00	99,40
Albóndigas de pollo guisadas en salsa española rev.1	105,00	165,00	230,00	147,00
Arroz salteado al ajillo	60,00	70,00	95,00	67,00
Arroz salteado con salsa de tomate rev.3	169,00	203,00	271,00	192,80
Arroz salteado rev.	45,00	65,00	85,00	59,00
Bacalao guisado a la roteña rev.2	97,00	138,00	207,00	125,70
Bagre guisado en salsa de tomate	80,00	114,00	153,00	103,80
Crema de calabacín con queso	257,00	296,00	399,00	284,30
Crema de calabaza y patata ECOLÓGICA	181,00	249,00	312,00	228,60
Crema de verduras	182,00	243,00	304,00	224,70
Crema de zanahoria y patata ECOLÓGICA	187,00	249,00	312,00	230,40
<b>Ensalada campestre con tomate, maíz y huevo</b>	<b>145,00</b>	<b>145,00</b>	<b>238,00</b>	<b>145,00</b>
Tomate	80,00	80,00	130,96	80,00
Ensalada	30,00	30,00	49,11	30,00
maíz	20,00	20,00	32,74	20,00
Huevo cocido	10,00	10,00	16,37	10,00
aove	4,00	4,00	6,55	4,00
vinagre	1,00	1,00	1,64	1,00
sal	0,10	0,10	0,16	0,10
<b>Ensalada de tomate, cuatro estaciones, maíz y atún</b>	<b>132,00</b>	<b>132,00</b>	<b>221,00</b>	<b>132,00</b>
Tomate	80,00	80,00	134,00	80,00
Ensalada cuatro estaciones	28,00	28,00	46,90	28,00
Maíz	10,00	10,00	16,75	10,00
Atún	6,00	6,00	10,05	6,00
aceite de oliva	6,00	6,00	10,05	6,00
vinagre	2,00	2,00	3,35	2,00
sal	0,10	0,10	0,17	0,10
Estofado de patatas con potón y verduras	205,00	275,00	275,00	254,00
Estofado de patatas con verduras rev.3	215,00	258,00	258,00	245,10
Gazpacho rev.2	130,00	130,00	220,00	130,00
<b>Guarnición de remolacha y cebolla</b>	<b>61,00</b>	<b>92,00</b>	<b>95,00</b>	<b>82,70</b>
Remolacha	40,00	60,00	62,00	54,00
Cebolla	20,00	30,00	31,00	27,00
aceite de oliva	1,00	1,50	1,55	1,35
Sal	0,10	0,15	0,16	0,14
Guiso de arroz con verduras y magro de cerdo rev.2	182,00	218,00	309,00	207,20
Guiso de arroz con verduras y pollo rev.2	182,00	218,00	309,00	207,20
Lasaña boloñesa con pollo y ternera rev.2	156,00	178,00	200,00	171,40
<b>Lechuga</b>	<b>56,00</b>	<b>56,00</b>	<b>93,00</b>	<b>56,00</b>
Lechuga	48,00	48,00	80,00	48,00
AOVE	8,00	8,00	134,00	8,00
Sal yodada	0,10	0,10	0,20	0,10
<b>Lechuga y maíz</b>	<b>63,00</b>	<b>63,00</b>	<b>105,00</b>	<b>63,00</b>
Lechuga	48,00	48,00	80,00	48,00
Maíz	5,00	5,00	8,30	5,00

Plato	Infantil Ciclo 2	Primaria (gramos)	Secundaria (gramos)	Media
aceite de oliva	10,00	10,00	16,70	10,00
Sal	0,10	0,10	0,20	0,10
<b>Lechuga y zanahoria</b>	<b>65,00</b>	<b>95,00</b>	<b>100,00</b>	86,00
Lechuga	30,00	45,00	46,50	40,50
Zanahoria	30,00	45,00	46,50	40,50
AOVE	4,00	6,00	6,20	5,40
Sal yodada	0,10	0,15	0,60	0,14
Lentejas estofadas con verduras ECOLÓGICAS rev.6	140,00	280,00	280,00	238,00
Lentejas estofadas con verduras y pollo rev.7	133,00	266,00	266,00	226,10
Lomo de cerdo a la plancha al ajillo rev.2	64,00	103,00	141,00	91,30
Lomo de cerdo adobado guisado	104,00	167,00	230,00	148,10
Mandarina	99,00	186,00	186,00	159,90
Manzana	86,00	161,00	161,00	138,50
Merluza a la plancha al ajillo rev.3	82,00	117,00	176,00	106,50
Merluza al horno en salsa verde rev.3	80,00	115,00	175,00	104,50
Naranja	98,00	184,00	184,00	158,20
Pasta con salsa boloñesa rev.3	193,00	232,00	309,00	220,30
Pasta con salsa de tomate y orégano ECOLÓGICA rev.2	134,00	187,00	214,00	171,10
Pasta con salsa de verduras ECOLÓGICA rev.3	174,00	209,00	279,00	198,50
Patatas al horno rev.	55,00	80,00	85,00	72,50
Pera	82,00	154,00	154,00	132,40
Pinchitos de pollo a la plancha rev.3	75,00	89,00	123,00	84,80
Plátano	121,00	204,00	204,00	179,10
Pollo al horno en salsa de zanahorias rev.3	84,00	135,00	185,00	119,70
Pollo guisado al limón rev.2	77,00	123,00	170,00	109,20
Potaje de alubias estofadas con patatas y verduras	145,00	290,00	290,00	246,50
Puchero de garbanzos con verduras y pollo rev.2	146,00	291,00	291,00	247,50
Salmón al horno rev.8	60,00	85,00	105,00	77,50
<b>Tomate natural aliñado</b>	<b>66,00</b>	<b>76,00</b>	<b>102,00</b>	73,00
Tomate	60,00	69,00	93,00	66,30
AOVE	4,00	4,60	6,20	4,42
Vinagre	2,00	2,30	3,10	2,21
Sal	0,10	0,11	0,15	0,11
Tortilla de patatas y calabacín rev.3	130,00	160,00	255,00	151,00
Tortilla de patatas rev.1	135,00	135,00	265,00	135,00
Tortilla francesa rev.5	75,00	75,00	150,00	75,00
Yogur natural Azucarado	125,00	125,00	125,00	125,00
<b>Zanahoria</b>	<b>60,00</b>	<b>90,00</b>	<b>95,00</b>	81,00
Zanahoria	60,00	90,00	93,00	81,00
AOVE	1,00	1,50	1,55	1,35
Sal	0,10	0,15	0,16	0,14
<b>Zanahoria y maíz</b>	<b>65,00</b>	<b>85,00</b>	<b>112,00</b>	79,00
Zanahoria	48,00	60,00	80,00	56,40
Maíz	10,00	12,50	16,80	11,75
AOVE	9,00	11,30	15,10	10,61
Sal	0,10	0,10	0,20	0,10