

Índice de platos por número			Índice de platos alfabético		
Nº1	ESPINACAS CON GARBANZOS.	Primer plato.	Nº97	ADOBO.	Segundo plato.
Nº2	ESPINACAS REHOGADAS.	Primer plato.	Nº98	ALBÓNDIGAS DE PESCADO EN SALSA VERDE.	Segundo plato.
Nº3	ESTOFADO DE LENTEJAS.	Primer plato.	Nº71	ARROZ BLANCO.	Guarnición.
Nº4	ESTOFADO DE LENTEJAS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº14	ARROZ COCIDO ESPECIAL.	Guarnición.
Nº5	PURÉ DE LENTEJAS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº67	ARROZ CON POLLO.	Primer plato.
Nº6	MAGRO CON TOMATE.	Segundo plato.	Nº70	ARROZ TRES DELICIAS (precocinado).	Guarnición.
Nº7	PESCADO AL HORNO.	Segundo plato.	Nº35	BACALAO AL HORNO.	Segundo plato.
Nº8	PURÉ DE TERNERA CON VERDURAS.	Primer plato.	Nº83	CALABACÍN REHOGADO.	Guarnición.
Nº9	PURÉ DE PATATAS ESPECIAL.	Segundo plato.	Nº95	CALDERETA DE TERNERA.	Segundo plato.
Nº10	PATATAS FRITAS.	Guarnición.	Nº103	CALDO DESGRASADO.	Primer plato.
Nº11	ENSALADA DE REMOLACHA.	Guarnición.	Nº68	CAZÓN CON TOMATE.	Segundo plato.
Nº12	CREMA CHEF.	Primer plato.	Nº65	COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº13	ENSALADA MIXTA.	Guarnición.	Nº64	COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS.	Primer plato.
Nº14	ARROZ COCIDO ESPECIAL.	Guarnición.	Nº12	CREMA CHEF.	Primer plato.
Nº15	SOPA DE PICADILLO.	Primer plato.	Nº36	CREMA DE CALABAZA Y PATATAS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº16	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN.	Primer plato.	Nº37	CREMA DE CALABAZA Y PATATAS.	Primer plato.
Nº17	JUDÍAS VERDES REHOGADAS.	Guarnición.	Nº90	CREMA DE VERDURAS NATURALES.	Primer plato.
Nº18	SOPA DE PASTA.	Primer plato.	Nº54	EMPANADA DE ATÚN.	Segundo plato.
Nº19	PATATAS REVUELTAS CON HUEVO.	Segundo plato.	Nº44	ENSALADA CUATRO ESTACIONES.	Guarnición.
Nº20	PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA.	Segundo plato.	Nº38	ENSALADA DE MACARRONES.	Guarnición.
Nº21	PURÉ DE POLLO CON PATATAS.	Primer plato.	Nº84	ENSALADA DE PASTAS.	Segundo plato.
Nº22	RODAJA DE TOMATE.	Guarnición.	Nº11	ENSALADA DE REMOLACHA.	Guarnición.
Nº23	MAIZENA CON SACARINA.	Postre.	Nº13	ENSALADA MIXTA.	Guarnición.
Nº24	MAIZENA.	Postre.	Nº99	ENSALADILLA RUSA.	Primer plato.
Nº25	MAIZENA SIN LACTOSA.	Postre.	Nº1	ESPINACAS CON GARBANZOS.	Primer plato.
Nº26	MANZANA ASADA.	Postre.	Nº2	ESPINACAS REHOGADAS.	Primer plato.
Nº27	PUCHERO DE FIDEOS.	Primer plato.	Nº46	ESTOFADO DE ALUBIAS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº28	PUCHERO DE FIDEOS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº45	ESTOFADO DE ALUBIAS.	Primer plato.
Nº29	PURÉ DE PUCHERO ESPECIAL.	Primer plato.	Nº4	ESTOFADO DE LENTEJAS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº30	MACARRONES CON TOMATE.	Primer plato.	Nº3	ESTOFADO DE LENTEJAS.	Primer plato.
Nº31	MACARRONES CON TOMATE SIN CERDO.	Primer plato.	Nº47	FIDEUÁ.	Primer plato.
Nº32	MUSLO DE POLLO AL HORNO ESPECIAL.	Segundo plato.	Nº73	FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA.	Segundo plato.
Nº33	MUSLO DE POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES.	Segundo plato.	Nº85	FILETE DE PEZ ESPADA A LA PLANCHA.	Segundo plato.
Nº34	PESCADO BLANCO FRITO.	Segundo plato.	Nº86	FILETE DE PEZ ESPADA ESPECIAL.	Segundo plato.
Nº35	BACALAO AL HORNO.	Segundo plato.	Nº105	GAZPACHO S/S.	Guarnición.
Nº36	CREMA DE CALABAZA Y PATATAS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº106	GAZPACHO.	Guarnición.
Nº37	CREMA DE CALABAZA Y PATATAS.	Primer plato.	Nº55	GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN YORK.	Primer plato.
Nº38	ENSALADA DE MACARRONES.	Guarnición.	Nº56	GUISANTES REHOGADOS.	Segundo plato.
Nº39	MENESTRA ESPECIAL REHOGADA G.	Guarnición.	Nº78	HABAS CON CHOCO.	Primer plato.
Nº40	PURÉ DE TERNERA CON PATATAS.	Primer plato.	Nº82	HUEVOS RELLENOS.	Segundo plato.
Nº41	TORTILLA DE PATATAS COCIDAS.	Segundo plato.	Nº69	JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA SUAVE.	Segundo plato.
Nº42	TORTILLA DE PATATAS.	Segundo plato.	Nº16	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN.	Primer plato.
Nº43	TORTILLA DE PATATAS.	Segundo plato.	Nº17	JUDÍAS VERDES REHOGADAS.	Guarnición.
Nº44	ENSALADA CUATRO ESTACIONES.	Guarnición.	Nº87	LAGRIMITAS DE POLLO.	Segundo plato.
Nº45	ESTOFADO DE ALUBIAS.	Primer plato.	Nº48	LOMO DE CERDO A LA CASTELLANA.	Segundo plato.
Nº46	ESTOFADO DE ALUBIAS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº74	LOMO DE CERDO ASADO.	Segundo plato.
Nº47	FIDEUÁ.	Primer plato.	Nº31	MACARRONES CON TOMATE SIN CERDO.	Primer plato.
Nº48	LOMO DE CERDO A LA CASTELLANA.	Segundo plato.	Nº30	MACARRONES CON TOMATE.	Primer plato.
Nº49	PESCADO PLANCHA.	Segundo plato.	Nº6	MAGRO CON TOMATE.	Segundo plato.
Nº50	PURÉ DE ALUBIAS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº23	MAIZENA CON SACARINA.	Postre.
Nº51	PURÉ DE ZANAHORIAS Y PATATAS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº25	MAIZENA SIN LACTOSA.	Postre.
Nº52	SOPA DE ARROZ.	Primer plato.	Nº24	MAIZENA.	Postre.
Nº53	ZANAHORIA ALIÑADA.	Guarnición.	Nº26	MANZANA ASADA.	Postre.
Nº54	EMPANADA DE ATÚN.	Segundo plato.	Nº39	MENESTRA ESPECIAL REHOGADA G.	Guarnición.
Nº55	GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN YORK.	Primer plato.	Nº93	MENESTRA ESPECIAL REHOGADA.	Primer plato.
Nº56	GUISANTES REHOGADOS.	Segundo plato.	Nº33	MUSLO DE POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES.	Segundo plato.

Nº57	PATATAS ALIÑADAS CON JUDÍAS VERDES SIN ACEITE.	Guarnición.	Nº32	MUSLO DE POLLO AL HORNO ESPECIAL.	Segundo plato.
Nº58	PATATAS ALIÑADAS CON JUDÍAS VERDES.	Guarnición.	Nº94	PAELLA DE ARROZ.	Primer plato.
Nº59	PATATAS ALIÑADAS ESPECIAL.	Guarnición.	Nº75	PANACHÉ DE VERDURAS.	Segundo plato.
Nº60	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA.	Segundo plato.	Nº96	PATATAS ALIÑADAS CON HUEVO.	Guarnición.
Nº61	PURÉ DE PESCADO CON PATATAS.	Primer plato.	Nº57	PATATAS ALIÑADAS CON JUDÍAS VERDES SIN ACEITE.	Guarnición.
Nº62	PURÉ PATATA POBRE EN GRASA.	Segundo plato.	Nº58	PATATAS ALIÑADAS CON JUDÍAS VERDES.	Guarnición.
Nº63	SOPA DE FIDEOS.	Primer plato.	Nº59	PATATAS ALIÑADAS ESPECIAL.	Guarnición.
Nº64	COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS.	Primer plato.	Nº10	PATATAS FRITAS.	Guarnición.
Nº65	COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº79	PATATAS GUIADAS CON PESCADO.	Primer plato.
Nº66	PURÉ DE GARBANZOS CON VERDURAS ESPECIAL.	Primer plato.	Nº100	PATATAS PANADERAS.	Guarnición.
Nº67	ARROZ CON POLLO.	Primer plato.	Nº19	PATATAS REVUELTAS CON HUEVO.	Segundo plato.
Nº68	CAZÓN CON TOMATE.	Segundo plato.	Nº20	PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA.	Segundo plato.
Nº69	JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA SUAVE.	Segundo plato.	Nº60	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA.	Segundo plato.
Nº70	ARROZ TRES DELICIAS (precocinado).	Guarnición.	Nº80	PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN.	Segundo plato.
Nº71	ARROZ BLANCO.	Guarnición.	Nº101	PECHUGA DE POLLO EMPANADA (precocinada).	Guarnición.
Nº72	SOPA DE PAN.	Primer plato.	Nº102	PECHUGA DE POLLO EMPANADA (sin sal).	Guarnición.
Nº73	FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA.	Segundo plato.	Nº7	PESCADO AL HORNO.	Segundo plato.
Nº74	LOMO DE CERDO ASADO.	Segundo plato.	Nº34	PESCADO BLANCO FRITO.	Segundo plato.
Nº75	PANACHÉ DE VERDURAS.	Segundo plato.	Nº49	PESCADO PLANCHA.	Segundo plato.
Nº76	PICADILLO CON ATÚN.	Guarnición.	Nº76	PICADILLO CON ATÚN.	Guarnición.
Nº77	PICADILLO SIN ATÚN.	Guarnición.	Nº77	PICADILLO SIN ATÚN.	Guarnición.
Nº78	HABAS CON CHOCO.	Primer plato.	Nº92	PISTO MANCHEGO CON INGREDIENTES NATURALES.	Guarnición.
Nº79	PATATAS GUIADAS CON PESCADO.	Primer plato.	Nº91	PISTO MANCHEGO.	Guarnición.
Nº80	PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN.	Segundo plato.	Nº88	POLLO AL AJILLO.	Segundo plato.
Nº81	PURÉ DE MENESTRA CON HUEVO.	Primer plato.	Nº28	PUCHERO DE FIDEOS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº82	HUEVOS RELLENOS.	Segundo plato.	Nº27	PUCHERO DE FIDEOS.	Primer plato.
Nº83	CALABACÍN REHOGADO.	Guarnición.	Nº50	PURÉ DE ALUBIAS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº84	ENSALADA DE PASTAS.	Segundo plato.	Nº66	PURÉ DE GARBANZOS CON VERDURAS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº85	FILETE DE PEZ ESPADA A LA PLANCHA.	Segundo plato.	Nº5	PURÉ DE LENTEJAS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº86	FILETE DE PEZ ESPADA ESPECIAL.	Segundo plato.	Nº81	PURÉ DE MENESTRA CON HUEVO.	Primer plato.
Nº87	LAGRIMITAS DE POLLO.	Segundo plato.	Nº9	PURÉ DE PATATAS ESPECIAL.	Segundo plato.
Nº88	POLLO AL AJILLO.	Segundo plato.	Nº61	PURÉ DE PESCADO CON PATATAS.	Primer plato.
Nº89	PURÉ DE PESCADO CON VERDURAS.	Primer plato.	Nº89	PURÉ DE PESCADO CON VERDURAS.	Primer plato.
Nº90	CREMA DE VERDURAS NATURALES.	Primer plato.	Nº21	PURÉ DE POLLO CON PATATAS.	Primer plato.
Nº91	PISTO MANCHEGO.	Guarnición.	Nº29	PURÉ DE PUCHERO ESPECIAL.	Primer plato.
Nº92	PISTO MANCHEGO CON INGREDIENTES NATURALES.	Guarnición.	Nº40	PURÉ DE TERNERA CON PATATAS.	Primer plato.
Nº93	MENESTRA ESPECIAL REHOGADA.	Primer plato.	Nº8	PURÉ DE TERNERA CON VERDURAS.	Primer plato.
Nº94	PAELLA DE ARROZ.	Primer plato.	Nº51	PURÉ DE ZANAHORIAS Y PATATAS ESPECIAL.	Primer plato.
Nº95	CALDERETA DE TERNERA.	Segundo plato.	Nº62	PURÉ PATATA POBRE EN GRASA.	Segundo plato.
Nº96	PATATAS ALIÑADAS CON HUEVO.	Guarnición.	Nº22	RODAJA DE TOMATE.	Guarnición.
Nº97	ADOBO.	Segundo plato.	Nº52	SOPA DE ARROZ.	Primer plato.
Nº98	ALBÓNDIGAS DE PESCADO EN SALSA VERDE.	Segundo plato.	Nº63	SOPA DE FIDEOS.	Primer plato.
Nº99	ENSALADILLA RUSA.	Primer plato.	Nº72	SOPA DE PAN.	Primer plato.
Nº100	PATATAS PANADERAS.	Guarnición.	Nº18	SOPA DE PASTA.	Primer plato.
Nº101	PECHUGA DE POLLO EMPANADA (precocinada).	Guarnición.	Nº15	SOPA DE PICADILLO.	Primer plato.
Nº102	PECHUGA DE POLLO EMPANADA (sin sal).	Guarnición.	Nº41	TORTILLA DE PATATAS COCIDAS.	Segundo plato.
Nº103	CALDO DESGRASADO.	Primer plato.	Nº42	TORTILLA DE PATATAS.	Segundo plato.
Nº104	TORTILLA FRANCESA (precocinada).	Guarnición.	Nº43	TORTILLA DE PATATAS.	Segundo plato.
Nº105	GAZPACHO S/S.	Guarnición.	Nº104	TORTILLA FRANCESA (precocinada).	Guarnición.
Nº106	GAZPACHO.	Guarnición.	Nº53	ZANAHORIA ALIÑADA.	Guarnición.

Nº1	ESPINACAS CON GARBANZOS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Ajo pelado	5,00	g.		
		Cebolla fresca	20,00	g.		
		Comino	1,00	g.		
		Espinaca congelada	225,00	g.		
		Garbanzo	50,00	g.		
		Pan blanco	15,00	g.		
		Pimentón	1,00	g.		
		Pimiento verde	15,00	g.		
		Tomate triturado	85,00	g.		
		Vinagre	5,00	ml.		

Nº2	ESPINACAS REHOGADAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	10,00	ml.		
		Ajo entero	5,00	g.		
		Espinacas congeladas	250,00	g.		

Nº3	ESTOFADO DE LENTEJAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	10,00	ml.		
		Ajo (cabezas)	3,00	g.		
		Cebolla fresca	20,00	g.		
		Chorizo	15,00	g.		
		Gallina entera	14,00	g.		
		Laurel	1,00	g.		
		Lentejas	65,00	g.		
		Morcilla	15,00	g.		
		Patata fresca	70,00	g.		
		Pechuga de pollo entera	40,00	g.		
		Pimentón dulce de la vera	1,00	g.		
		Pimiento verde	10,00	g.		
		Tomate triturado	30,00	g.		
		Zanahoria congelada	20,00	ml.		

Nº4	ESTOFADO DE LENTEJAS ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo (cabeza)	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Gallina entera	14,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Lenteja	65,00	g.		
	Patata fresca	70,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	40,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Zanahoria congelada	15,00	g.		

Nº5	PURÉ DE LENTEJAS ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo (cabeza)	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Gallina entera semipesada	14,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Lenteja	65,00	g.		
	Patata fresca	70,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	40,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Zanahoria congelada	15,00	g.		

Nº6	MAGRO CON TOMATE.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Cerdo magro	180,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Orégano (opcional)	1,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Tomate triturado	125,00	g.		

Nº7	PESCADO AL HORNO.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Patata fresca	60,00	g.		
	Pescado blanco	200,00	g.		
	Pimiento verde	20,00	g.		
	Tomate pera	20,00	g.		

Nº8	PURÉ DE TERNERA CON VERDURAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Calabaza congelada	25,00	g.		
	Calabacín congelado	10,00	g.		
	Nabo	10,00	g.		
	Patata fresca	125,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Ternera picada	100,00	g.		
	Tomate pera	20,00	g.		
	Zanahoria congelada	20,00	g.		

Nº9	PURÉ DE PATATAS ESPECIAL.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Agua	100,00	ml.		
	Patata fresca	200,00	g.		

Nº10	PATATAS FRITAS.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Patatas prefritas	150,00	g.		

Nº11	ENSALADA DE REMOLACHA.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Cebolla fresca	10,00	g.		
	Huevo de gallina	24,20	g.		
	Remolacha en conserva	100,00	g.		
	Vinagre	10,00	g.		

Nº12	CREMA CHEF.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Calabaza congelada	35,00	g.		
	Caldo desgrasado	150,00	ml.		
	Patata fresca	150,00	g.		
	Zanahoria congelada	50,00	g.		

Nº13	ENSALADA MIXTA.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva monodosis 10ml	1	unidad		
	Lechuga limpia	25,00	g.		
	Tomate ensalada	10,00	g.		
	Vinagre monodosis 10ml	1	unidad		

Nº14	ARROZ COCIDO ESPECIAL.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Arroz vaporizado	70,00	g.		

Nº15	SOPA DE PICADILLO.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Caldo desgrasado	250,00	ml.		
	Huevo de gallina	30,00	g.		
	Jamón cocido bajo en sal	25,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	40,00	g.		

Nº16 JUDÍAS VERDES CON JAMÓN.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Jamón cocido bajo en sal	25,00	g.		
	Judías verdes redondas congeladas	250,00	g.		

Nº17 JUDÍAS VERDES REHOGADAS.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Judías verdes redondas congeladas	250,00	g.		

Nº18 SOPA DE PASTA.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Caldo desgrasado	250,00	ml.		
	Lluvia	15,00	g.		

Nº19 PATATAS REVUELTAS CON HUEVO.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	10,00	g.		
	Huevo liquido	117,65	ml.		
	Patata fresca frita	200,00	g.		
	Perejil	2,00	g.		

Nº20 PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Limón	16,00	g.		
	Pechuga de pavo	150,00	g.		

Nº21	PURÉ DE POLLO CON PATATAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Patata fresca pelada	150,00	g.		
	Pollo picada	100,00	g.		

Nº22	RODAJA DE TOMATE.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva monodosis 10ml	1	unidad		
	Orégano	2,00	g.		
	Tomate ensalada	150,00	g.		
	Vinagre monodosis 10ml	1	unidad		

Nº23	MAIZENA CON SACARINA.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Postre.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Canela en polvo	3,00	g.		
	Canela en rama	2,00	g.		
	Cáscara naranja y limón	10,00	g.		
	Harina de maíz	20,00	g.		
	Leche de vaca desnatada	250,00	ml.		
	Sacarina líquida	2,00	g.		

Nº24	MAIZENA.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Postre.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Azúcar	10,00	g.		
	Canela en polvo	3,00	g.		
	Canela en rama	2,00	g.		
	Cáscara naranja y limón	10,00	g.		
	Harina de maíz	20,00	g.		
	Leche de vaca desnatada	250,00	ml.		

N°25	MAIZENA SIN LACTOSA.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Postre.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Azúcar	10,00	g.		
	Canela en polvo	3,00	g.		
	Canela en rama	2,00	g.		
	Cáscara naranja y limón	10,00	g.		
	Harina de maíz	20,00	g.		
	Leche sin lactosa	250,00	ml.		
	Sacarina líquida	2,00	g.		

N°26	MANZANA ASADA.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Postre.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Manzana	1	unidad		

N°27	PUCHERO DE FIDEOS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Calabaza en dados congelada	15,00	g.		
	Canilla salada	10,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Costilla salada	10,00	g.		
	Fideos gordos	20,00	g.		
	Gallina entera	25,00	g.		
	Garbanzos	40,00	g.		
	Patatas frescas peladas	75,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	35,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Ternera magro taquitos	35,00	g.		
	Tomate pera	10,00	g.		
	Zanahorias congeladas	10,00	g.		

N°28	PUCHERO DE FIDEOS ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Calabaza en dado congelada	15,00	g.		
	Canilla salada	10,00	g.		
	Cebolla fresca pelada	10,00	g.		
	Costilla salada	10,00	g.		
	Fideos gordos	20,00	g.		
	Gallina entera	25,00	g.		

		Garbanzos	50,00	g.		
		Patatas frescas peladas	75,00	g.		
		Pechuga de pollo	35,00	g.		
		Pimiento verde	10,00	g.		
		Ternera magro taquitos	35,00	g.		
		Tomate pera	10,00	g.		
		Zanahoria congelada	20,00	g.		

Nº29	PURÉ DE PUCHERO ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Calabaza en dado congelada	15,00	g.		
		Canilla salada	10,00	g.		
		Cebolla fresca pelada	10,00	g.		
		Costilla salada	10,00	g.		
		Fideos gordos	20,00	g.		
		Gallina entera	25,00	g.		
		Garbanzos	50,00	g.		
		Patatas frescas peladas	75,00	g.		
		Pechuga de pollo	35,00	g.		
		Pimiento verde	10,00	g.		
		Ternera magro taquitos	35,00	g.		
		Tomate pera	10,00	g.		
		Zanahoria congelada	20,00	g.		

Nº30	MACARRONES CON TOMATE.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	10,00	g.		
		Ajo pelado	3,00	g.		
		Carne picada de cerdo	50,00	g.		
		Cebolla fresca	20,00	g.		
		Laurel	1,00	g.		
		Macarrones	50,00	g.		
		Pimiento verde	10,00	g.		
		Queso parmesano	20,00	g.		
		Tomate triturado	125,00	g.		
		Vino blanco	10,00	ml.		

Nº31	MACARRONES CON TOMATE SIN CERDO.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	g.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Macarrones	50,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Queso parmesano	20,00	g.		
	Tomate triturado	125,00	g.		

Nº32	MUSLO DE POLLO AL HORNO ESPECIAL.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Muslo de pollo	350,00	g.		

Nº33	MUSLO DE POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	g.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Caldo desgrasado	75,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Champiñones laminados congelados	20,00	g.		
	Muslo de pollo	350,00	g.		
	Tomate pera	30,00	g.		
	Vino blanco	20,00	ml.		
	Zanahorias congeladas	15,00	g.		

Nº34	PESCADO BLANCO FRITO.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Harina de trigo	20,00	g.		
	Limón	35,00	g.		
	Pescado blanco	200,00	g.		

Nº35 BACALAO AL HORNO.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Bacalao congelado	200,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Patata fresca	70,00	g.		
	Pimiento verde	20,00	g.		
	Tomate pera	30,00	g.		

Nº36 CREMA DE CALABAZA Y PATATAS ESPECIAL.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Calabaza dados congelada	125,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Patata fresca	175,00	g.		

Nº37 CREMA DE CALABAZA Y PATATAS.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Calabaza dados congelada	125,00	g.		
	Caldo de puchero	175,00	ml.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Patata fresca	175,00	g.		

Nº38 ENSALADA DE MACARRONES.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	5,00	ml.		
	Cebolla fresca	10,00	g.		
	Macarrones	50,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Tomate ensalada	50,00	g.		
	Vinagre	5,00	ml.		

Nº39	MENESTRA ESPECIAL REHOGADA G.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Menestra común congelada	200,00	g.		

Nº40	PURÉ DE TERNERA CON PATATAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Patata fresca pelada	175,00	g.		
	Ternera picada	100,00	g.		

Nº41	TORTILLA DE PATATAS COCIDAS.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Huevo líquido	117,00	g.		
	Patata fresca pelada	200,00	g.		

Nº42	TORTILLA DE PATATAS.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Mahonesa sobre	1	unidad		
	Tortilla de patatas precocinada 2 huevos	175,00	gr.		

Nº43	TORTILLA DE PATATAS.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Cebolla fresca	15,00	g.		
	Huevo líquido	130,00	g.		
	Patata fresca frita	200,00	g.		

Nº44	ENSALADA CUATRO ESTACIONES.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva monodosis 10ml	1	unidad		
	Lechuga limpia	60,00	g.		
	Maíz	20,00	g.		
	Vinagre monodosis 10ml	1	unidad		
	Zanahoria rallada en lata	20,00	g.		

Nº45	ESTOFADO DE ALUBIAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo entero	3,00	g.		
	Alubias blancas	65,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Chorizo rosario	15,00	g.		
	Gallina entera semipesada	25,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Morcilla	15,00	g.		
	Patata fresca pelada	70,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Pimiento verde	20,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	40,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Zanahoria congelada	20,00	g.		

Nº46	ESTOFADO DE ALUBIAS ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo entero	3,00	g.		
	Alubias blancas	65,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Gallina entera semipesada	25,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Patata fresca pelada	70,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	40,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Zanahoria congelada	20,00	g.		

Nº47 FIDEUÁ.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Bacalao congelado	45,00	g.		
	Caldo de pescado	50,00	ml.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Choco	45,00	g.		
	Colorante	3,00	g.		
	Fideos gordos	55,00	g.		
	Guisante congelado	10,00	g.		
	Langostino cocido	20,00	g.		
	Mejillón	20,00	g.		
	Pimiento morrón en conserva	10,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Tomate triturado	40,00	g.		
	Vino blanco	10,00	ml.		

Nº48 LOMO DE CERDO A LA CASTELLANA.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Caldo Desgrasado	20,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Lomo de cerdo	200,00	g.		
	Champiñón laminado	15,00	g.		
	Jamón cocido bajo en sal	10,00	g.		
	Maizena	2,00	g.		
	Vino blanco	20,00	ml.		

Nº49 PESCADO PLANCHA.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Limón	16,00	g.		
	Pescado blanco	200,00	g.		

Nº50	PURÉ DE ALUBIAS ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo entero	3,00	g.		
	Alubias blancas	65,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Gallina entera semipesada	14,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Patata fresca pelada	75,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	25,00	g.		
	Tomate Triturado	30,00	g.		
	Zanahoria congelada	15,00	g.		

Nº51	PURÉ DE ZANAHORIAS Y PATATAS ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Agua	100,00	ml.		
	Patata fresca pelada	125,00	g.		
	Zanahoria fresca	125,00	g.		

Nº52	SOPA DE ARROZ.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Arroz vaporizado	15,00	g.		
	Caldo Desgrasado	250,00	ml		

Nº53	ZANAHORIA ALIÑADA.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	5,00	ml.		
	Perejil	1,00	g.		
	Zanahoria congelada	150,00	g.		

Nº54 EMPANADA DE ATÚN.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Empanada de atún congelada	225,00	g.		

Nº55 GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN YORK.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Guisante congelado	250,00	g.		
	Jamón cocido bajo en sal	25,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Vino blanco	20,00	ml.		

Nº56 GUISANTES REHOGADOS.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Guisante congelado	250,00	g.		

Nº57 PATATAS ALIÑADAS CON JUDÍAS VERDES SIN ACEITE.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Judía verde redonda congelada	60,00	g.		
	Patata con piel	150,00	g.		
	Vinagre	5,00	ml.		

Nº58 PATATAS ALIÑADAS CON JUDÍAS VERDES.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Judía verde redonda congelada	60,00	g.		
	Patata con piel	150,00	g.		
	Vinagre	5,00	ml.		

Nº59	PATATAS ALIÑADAS ESPECIAL.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Patata con piel	200,00	g.		
	Perejil	2,00	g.		
	Vinagre	5,00	ml.		

Nº60	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Limón	16,00	g.		
	Pechuga de pollo	170,00	g.		

Nº61	PURÉ DE PESCADO CON PATATAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Halibut rodaja	100,00	g.		
	Patata fresca pelada	150,00	g.		
	Zanahoria congelada	30,00	g.		

Nº62	PURÉ PATATA POBRE EN GRASA.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Leche de vaca desnatada	50,00	ml.		
	Margarina	5,00	g.		
	Patata fresca pelada	200,00	g.		

Nº63	SOPA DE FIDEOS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Caldo desgrasado	250,00	ml.		
	Fideos	15,00	g.		

Nº64	COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo entero	3,00	g.		
	Calabaza dados congeladas	20,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Chorizo rosario	15,00	g.		
	Gallina entera semipesada	25,00	g.		
	Garbanzo	65,00	g.		
	Judía verde redondeada congelada	20,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Morcilla	15,00	g.		
	Patata fresca pelada	70,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	25,00	g.		
	Ternera magra taquitos 2x2	25,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Zanahoria congelada	10,00	g.		

Nº65	COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo entero	3,00	g.		
	Calabaza dados congeladas	25,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Gallina entera semipesada	25,00	g.		
	Garbanzo	65,00	g.		
	Judía verde redondeada	20,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Patata fresca pelada	70,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	25,00	g.		
	Ternera magra taquitos 2x2	25,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Zanahoria congelada	10,00	g.		

Nº66	PURÉ DE GARBANZOS CON VERDURAS ESPECIAL.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo entero	3,00	g.		
	Calabaza dados congeladas	50,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Gallina entera semipesada	25,00	g.		
	Garbanzo	65,00	g.		
	Judía verde redondeada	50,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Patata fresca pelada	50,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	25,00	g.		
	Ternera magra taquitos 2x2	25,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Zanahoria congelada	30,00	g.		

Nº67	ARROZ CON POLLO.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Arroz vaporizado	75,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Colorante	1,00	g.		
	Guisante congelado	10,00	g.		
	Pimiento morrón en conserva	10,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Pechuga de pollo entera	100,00	g.		
	Tomate triturado	40,00	g.		
	Vino blanco	10,00	ml.		

Nº68	CAZÓN CON TOMATE.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Caella	200,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Comino	3,00	g.		
	Laurel	1,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Tomate triturado	150,00	g.		

Nº69	JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA SUAVE.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Caldo de puchero	50,00	g.		
	Cebolla fresca	40,00	g.		
	Harina de maíz	5,00	g.		
	Jamoncitos de pollo	300,00	g.		
	Puerro congelado	10,00	g.		

Nº70	ARROZ TRES DELICIAS (precocinado).		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Arroz 3 delicias	200,00	g.		

Nº71	ARROZ BLANCO.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Arroz vaporizado	70,00	g.		
	Perejil	1,00	g.		

Nº72	SOPA DE PAN.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Caldo desgrasado	250,00	ml.		
	Pan blanco 60g	30,00	g.		

Nº73	FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Limón	16,00	g.		
	Merluza congelada	200,00	g.		

Nº74 LOMO DE CERDO ASADO.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Lomo de cerdo	180,00	g.		
	Puerro congelado	20,00	g.		
	Vino blanco	10,00	ml.		

Nº75 PANACHÉ DE VERDURAS.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Judía verde redonda	100,00	g.		
	Patata con piel	75,00	g.		
	Puerro congelado	30,00	g.		
	Zanahoria baby congelada	75,00	g.		

Nº76 PICADILLO CON ATÚN.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Atún en aceite (conserva)	20,00	g.		
	Cebolla fresca	40,00	g.		
	Pimiento verde	30,00	g.		
	Tomate ensalada	150,00	g.		
	Vinagre	10,00	ml.		

Nº77 PICADILLO SIN ATÚN.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Cebolla fresca	60,00	g.		
	Pimiento verde	30,00	g.		
	Tomate ensalada	150,00	g.		
	Vinagre	5,00	ml.		

N°78 HABAS CON CHOCO.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Choco	100,00	g.		
	Comino	2,00	g.		
	Habas congelada	85,00	g.		
	Pan blanco 60g	15,00	g.		
	Patata fresca pelada	155,00	g.		
	Pimentón	1,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Tomate triturado	30,00	g.		
	Vinagre	5,00	g.		
	Vino blanco	15,00	ml.		

N°79 PATATAS GUISADAS CON PESCADO.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Pescado blanco	100,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Colorante	1,00	g.		
	Guisante congelado	10,00	g.		
	Patata fresca pelada	170,00	g.		
	Perejil	5,00	g.		
	Pimiento morrón en conserva	10,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Tomate Triturado	40,00	g.		
	Vino blanco	10,00	ml.		
	Zanahoria congelada	10,00	g.		

N°80 PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Aderezo de limón	5,00	ml.		
	Pechuga de pollo	170,00	g.		

Nº81	PURÉ DE MENESTRA CON HUEVO.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Huevo cocido	90,00	g.		
	Menestra común congelada	200,00	g.		
	Patata fresca pelada	50,00	g.		

Nº82	HUEVOS RELLENOS.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de girasol	40,00	ml.		
	Aderezo limón	5,00	g.		
	Atún en aceite girasol (conserva)	20,00	g.		
	Huevo de gallina	96,80	g.		
	Lechuga limpia	25,00	g.		
	Leche de vaca semidesnatada	20,00	g.		
	Limón	5,00	g.		
	Pimiento morrón en conserva	10,00	g.		
	Tomate frito	15,00	g.		

Nº83	CALABACÍN REHOGADO.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	5,00	g.		
	Calabacín congelado	250,00	g.		

Nº84	ENSALADA DE PASTAS.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Atún en aceite de girasol	20,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Huevo de gallina	16,25	g.		
	Maíz	10,00	g.		
	Pasta rizada	60,00	g.		
	Sal	1,00	g.		
	Tomate ensalada	60,00	g.		
	Vinagre	5,00	ml.		

Nº85	FILETE DE PEZ ESPADA A LA PLANCHA.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	15,00	ml.		
		Ajo pelado	3,00	g.		
		Limón	16,00	g.		
		Perejil	3,00	g.		
		Pez espada	188,00	g.		

Nº86	FILETE DE PEZ ESPADA ESPECIAL.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	10,00	ml.		
		Limón	16,00	g.		
		Pez espada	188,00	g.		

Nº87	LAGRIMITAS DE POLLO.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Ajo pelado	3,00	g.		
		Comino	1,00	g.		
		Harina de trigo	10,00	g.		
		Laurel	1,00	g.		
		Limón	20,00	g.		
		Orégano	1,00	g.		
		Pan rallado	15,00	g.		
		Pimentón	1,00	g.		
		Pechuga de pollo entera	180,00	g.		

Nº88	POLLO AL AJILLO.		Primer plato.
		X	Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	10,00	ml.		
		Ajo pelado	5,00	g.		
		Cebolla fresca	20,00	g.		
		Laurel	1,00	g.		
		Perejil	3,00	g.		
		Pechuga de pollo entera	180,00	g.		
		Vino blanco	10,00	g.		

Nº89	PURÉ DE PESCADO CON VERDURAS.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Calabaza congelada	20,00	g.		
	Calabacín congelado	10,00	g.		
	Cebolla fresca	10,00	g.		
	Halibut rodaja	100,00	g.		
	Nabo	10,00	g.		
	Patata fresca pelada	75,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Tomate pera	20,00	g.		
	Zanahoria congelada	20,00	g.		

Nº90	CREMA DE VERDURAS NATURALES.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Calabaza dados congelada	50,00	g.		
	Calabacín congelado	50,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Patata fresca	75,00	g.		
	Puerro congelado	32,50	g.		
	Zanahoria congelada	20,00	g.		

Nº91	PISTO MANCHEGO.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	30,00	g.		
	Pimiento verde	20,00	g.		
	Pisto congelado	240,00	g.		
	Tomate triturado	70,00	g.		

Nº92	PISTO MANCHEGO CON INGREDIENTES NATURALES.		Primer plato.
			Segundo plato.
		X	Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	10,00	ml.		
		Ajo pelado	3,00	g.		
		Cebolla fresca	30,00	g.		
		Pimiento verde	20,00	g.		
		Pimiento rojo	25,00	g.		
		Tomate triturado	70,00	g.		
		Calabacín	90,00	g		
		Berenjena	90,00	g		

Nº93	MENESTRA ESPECIAL REHOGADA.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	10,00	ml.		
		Ajo pelado	10,00	g.		
		Cebolla fresca	30,00	g.		
		Menestra común congelada	250,00	g.		

Nº94	PAELLA DE ARROZ.	X	Primer plato.
			Segundo plato.
			Guarnición.

Composición y gramaje:						
		Ingredientes	Cantidad	Unidad		
		Aceite de oliva	10,00	ml.		
		Ajo pelado	3,00	g.		
		Arroz vaporizado	75,00	g.		
		Cebolla fresca	20,00	g.		
		Cerdo magro	40,00	g.		
		Choco	40,00	g.		
		Colorante	3,00	g.		
		Guisante congelado	10,00	g.		
		Pimiento morrón en conserva	10,00	g.		
		Pimiento verde	10,00	g.		
		Pechuga de pollo entera	40,00	g.		
		Tomate triturado	30,00	g.		
		Vino blanco	10,00	ml.		

Nº95 CALDERETA DE TERNERA.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Ajo pelado	3,00	g.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Pimiento verde	10,00	g.		
	Ternera magra taquitos 4x4	200,00	g.		
	Tomate pera	30,00	g.		
	Vino blanco	10,00	ml.		
	Zanahoria congelada	30,00	g.		

Nº96 PATATAS ALIÑADAS CON HUEVO.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Cebolla fresca	20,00	g.		
	Huevo de gallina	24,20	g.		
	Patata con piel	175,00	g.		
	Perejil	3,00	g.		
	Vinagre	5,00	ml.		

Nº97 ADOBO.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Taquitos de cazón precocinado	200,00	g.		

Nº98 ALBÓNDIGAS DE PESCADO EN SALSA VERDE.		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	15,00	ml.		
	Ajo pelado	8,00	g.		
	Cebolla fresca	50,00	g.		
	Guisante congelado	25,00	g.		
	Harina de maíz	3,00	g.		
	Huevo líquido	1,00	g.		
	Pan blanco 60g	0,33	g.		
	Perejil	2,00	g.		
	Pescado blanco	150,00	g.		
	Vino blanco	10,00	ml.		
	Zanahoria fresca	10,00	g.		

Nº99 ENSALADILLA RUSA.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite girasol	60,00	ml.		
	Atún en aceite (conserva)	15,00	g.		
	Huevo de gallina	24,20	g.		
	Lechuga limpia	20,00	g.		
	Leche de vaca semidesnatada	20,00	g.		
	Limón	15,00	g.		
	Patata fresca pelada	180,00	g.		
	Pimiento morrón en conserva	10,00	g.		
	Zanahoria fresca	40,00	g.		

Nº100 PATATAS PANADERAS.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de oliva	10,00	ml.		
	Cebolla fresca	40,00	g.		
	Patatas frescas pelada	180,00	g.		
	Perejil	3,00	g.		
	Vino blanco	10,00	ml.		

Nº101 PECHUGA DE POLLO EMPANADA (precocinada).		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Pollo empanado	200,00	g.		

Nº102 PECHUGA DE POLLO EMPANADA (sin sal).		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Harina de trigo	20,00	g.		
	Huevo líquido	20,00	g.		
	Pan rallado	20,00	g.		
	Perejil	2,00	g.		
	Pechuga de pollo filete	170,00	g.		

Nº103 CALDO DESGRASADO.	X	Primer plato.
		Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Calabaza fresca	2000,00	g.		
	Canilla salada	1000,00	g.		
	Cebolla fresca	1000,00	g.		
	Costilla salada	1000,00	g.		
	Gallina	12500,00	g.		
	Garbanzo 8mm	2000,00	g.		
	Nabo	200,00	g.		
	Patata pelada	5000,00	g.		
	Puerro fresco	2000,00	g.		
	Zanahoria fresca	2500,00	g.		

Nº104 TORTILLA FRANCESA (precocinada).		Primer plato.
	X	Segundo plato.
		Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Tortilla francesa precocinada	1	Und.		

Nº105 GAZPACHO S/S.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Aceite de Oliva Virgen Extra	10	ml.		
	Agua	125	ml.		
	Ajo Pelado	1	g.		
	Pan 60 gramos	25	g.		
	Pepino	25	g.		
	Pimiento Verde	30	g.		
	Tomate Pera	165	g.		
	Tomate triturado	34	g.		
	Vinagre	5	ml.		

Nº106 GAZPACHO.		Primer plato.
		Segundo plato.
	X	Guarnición.

Composición y gramaje:

	Ingredientes	Cantidad	Unidad		
	Gazpacho andaluz brick	330,00	ml.		