

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

ALBONDIGAS A LA JARDINERA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																	
ALERGENOS	LEGUMBRE, SOJA, SULFITOS																			
TRAZAS	HUEVO, SOJA																			
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>Calorías 348 Kcal</td> <td>Proteínas 12,8 g</td> <td>Hidr. Car. 15,3 g</td> <td>Azucares 0,0 g</td> <td>Grasas 25,9 g</td> <td>de las cuales saturadas 0,7 g</td> <td>Sal 2,1 g</td> <td>Fibra 1,6 g</td> </tr> <tr> <td>15%</td> <td>14%</td> <td>5%</td> <td>0%</td> <td>33%</td> <td>3%</td> <td>43%</td> <td>6%</td> </tr> </table>	Calorías 348 Kcal	Proteínas 12,8 g	Hidr. Car. 15,3 g	Azucares 0,0 g	Grasas 25,9 g	de las cuales saturadas 0,7 g	Sal 2,1 g	Fibra 1,6 g	15%	14%	5%	0%	33%	3%	43%	6%			
Calorías 348 Kcal	Proteínas 12,8 g	Hidr. Car. 15,3 g	Azucares 0,0 g	Grasas 25,9 g	de las cuales saturadas 0,7 g	Sal 2,1 g	Fibra 1,6 g													
15%	14%	5%	0%	33%	3%	43%	6%													

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Elaboración de las albóndigas en salsa

Añadir a la basculante todos los ingredientes menos las albóndigas. Cuando empiece a hervir se añaden y se deja 5 minutos más en la basculante. Racionar y añadir la guarnición. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

PATATA (KGR)	
SAL FINA (KGR)	0,10
ALBONDIGAS (KGR)	11,60

2 Elaboración del fondo de verduras

Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

3 Elaboración de la jardinera

Introducir en el horno racional en una bandeja Gastronorm. Cocer durante 10 minutos a una temperatura de 180°C. Reservar

JARDINERA (KGR)	3,50
-ENSALADILLA (PATATA, ZANAHORIA, JUDIA VERDE, GUISANTES)	1,75
-ZANAHORIA (KGR)	1,75

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD GUARNICION	
	De 3 a 6 años	60-70g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

ALBONDIGAS CON CHAMPIÑONES

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																									
ALERGENOS	SULFITOS, LEGUMBRE																											
TRAZAS	SOJA, HUEVO																											
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>Calorías</td> <td>Proteínas</td> <td>Hidr. Car.</td> <td>Azúcares</td> <td>Grasas</td> <td>de las cuales saturadas</td> <td>Sal</td> <td>Fibra</td> </tr> <tr> <td>345 Kcal</td> <td>13,3 g</td> <td>13,7 g</td> <td>0,0 g</td> <td>26,0 g</td> <td>0,7 g</td> <td>2,6 g</td> <td>1,1 g</td> </tr> <tr> <td>15%</td> <td>15%</td> <td>4%</td> <td>0%</td> <td>33%</td> <td>3%</td> <td>52%</td> <td>4%</td> </tr> </table>	Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azúcares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra	345 Kcal	13,3 g	13,7 g	0,0 g	26,0 g	0,7 g	2,6 g	1,1 g	15%	15%	4%	0%	33%	3%	52%	4%			
Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azúcares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra																					
345 Kcal	13,3 g	13,7 g	0,0 g	26,0 g	0,7 g	2,6 g	1,1 g																					
15%	15%	4%	0%	33%	3%	52%	4%																					

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Elaboración del fondo de verduras

Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

2 Elaboración de los champiñones

Abrir las latas de champiñón y escurrirlas durante 3 minutos. Añadir el champiñón a las correspondientes bandejas bandejas.

CHAMPIÑON (KGR)	3,50
-----------------	------

3 Elaboración de las albóndigas en salsa

Añadir a la basculante todos los ingredientes menos las albóndigas. Cuando empiece a hervir se añaden las albóndigas (40min) cuando empiece a hervir dejar 5 minutos más en la basculante. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

SAL FINA (KGR)	0,10
ALBONDIGAS (KGR)	11,60

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isotermo. Distribución en furgoneta isotermo.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isotermo y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD GUARNICION	
	De 3 a 6 años	60-70g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

ALBONDIGAS CON PATATAS FRITAS

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual									
ALERGENOS	SULFITOS, LEGUMBRE											
TRAZAS	HUEVO, SOJA											
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>de las cuales saturadas</td> <td>Sal</td> <td>Fibra</td> </tr> <tr> <td>1,9 g</td> <td>2,1 g</td> <td>1,6 g</td> </tr> <tr> <td>7%</td> <td>43%</td> <td>6%</td> </tr> </table>			de las cuales saturadas	Sal	Fibra	1,9 g	2,1 g	1,6 g	7%	43%	6%
de las cuales saturadas	Sal	Fibra										
1,9 g	2,1 g	1,6 g										
7%	43%	6%										

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

Elaboración del fondo de verduras

Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

Elaboración de las patatas fritas

Se frien las patatas en freidora durante 5 minutos a 150°C. Se reparten en sus respectivas bandejas.

PATATAS FRITAS (KGR)	3
-ACEITE GIRASOL (LIT)	1,00
-PATATA (KGR)	3

Elaboración de las albóndigas en salsa

Añadir a la basculante todos los ingredientes menos las albóndigas. Cuando empiece a hervir se añaden las albóndigas (40 min.). Una vez que comience a hervir de nuevo, dejar 5 minutos más en la basculante. Racionar, añadirla guarnición. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

TOMATE TRITURADO (KGR)	5
CALDO CARNE (KGR)	0,30
SAL FINA (KGR)	0,10
ALBONDIGAS (KGR)	11,60

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	60-70g	0,15 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,15 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,20 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,20 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía
Cantábrica
Profesionales de la alimentación

ALBONDIGAS CON PIMIENTOS ROJOS

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																									
ALERGENOS	SULFITOS, LEGUMBRE																											
TRAZAS	HUEVO, SOJA																											
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"><tr><td>Calorías</td><td>Proteínas</td><td>Hidr. Car.</td><td>Azúcares</td><td>Grasas</td><td>de las cuales saturadas</td><td>Sal</td><td>Fibra</td></tr><tr><td>374 Kcal</td><td>12,7 g</td><td>15,2 g</td><td>1,8 g</td><td>29,4 g</td><td>1,1 g</td><td>2,2 g</td><td>1,6 g</td></tr><tr><td>16%</td><td>14%</td><td>5%</td><td>3%</td><td>37%</td><td>4%</td><td>44%</td><td>6%</td></tr></table>	Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azúcares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra	374 Kcal	12,7 g	15,2 g	1,8 g	29,4 g	1,1 g	2,2 g	1,6 g	16%	14%	5%	3%	37%	4%	44%	6%			
Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azúcares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra																					
374 Kcal	12,7 g	15,2 g	1,8 g	29,4 g	1,1 g	2,2 g	1,6 g																					
16%	14%	5%	3%	37%	4%	44%	6%																					

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Elaboración del fondo de verduras

Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

2 Elaboración de los pimientos rojos

Abri las latas de pimientos rojos y escurrir durante 5 minutos. En una basculante se saltean los pimientos rojos con aceite, azúcar y ajo. Repartir en bandejas.

PIMIENTOS ROJOS (KGR)	3,50
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,29
-AJO (KGR)	0,06
-AZUCAR (KGR)	0,12
-PIMIENTO TIRAS (KGR)	3,50

3 Elaboración de las albóndigas en salsa

Añadir a la basculante todos los ingredientes menos las albóndigas. Cuando empiece a hervir se añaden las albóndigas y se mantienen durante 40 min. Una vez que empiece a hervir de nuevo dejar 5 minutos más en la basculante racionar y añadir la guarnición. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

SAL FINA (KGR)	0,10
ALBONDIGAS (KGR)	11,60

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	60-70g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

BACALAO A LA RIOJANA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos		PRESENTACION	Plato individual				
ALERGENOS	GLUTEN, PESCADO							
TRAZAS	LECHE							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 272 Kcal 11%	Proteínas 22,3 g 25%	Hidr. Car. 7,8 g 2%	Azúcares 0,1 g 0%	Grasas 17,2 g 22%	de las cuales saturadas 2,0 g 8%	Sal 2,5 g 49%	Fibra 0,9 g 4%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración del bacalao

Si se trata de pescado congelado, descongelar durante los días previos en cámara de descongelación/ de refrigeración y almacenar hasta su consumo en cámara. Se enharina el pescado y se fríe a 180°C durante 8 segundos. Se coloca en bandejas según raciones deseadas.

BACALAO (KGR)	12
ENHARINADO (KGR)	0,80
-ACEITE GIRASOL (LIT)	1
-HARINA DE TRIGO (KGR)	0,80

2 Elaboración de la salsa riojana

Echar el tomate en una olla junto con el fondo de verduras. Añadir el azúcar, la sal y hervir. Aparte en una basculante poner el aceite y calentar. Añadir los pimientos, el azúcar y la sal. Cocinar durante 15 minutos. Triturar el tomate. Mezclar el tomate y los pimientos.

SALSA RIOJANA PESCADO (LIT)	2,70
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,04
-AZUCAR (KGR)	0,09
-PIMIENTO TIRAS (KGR)	0,12
-SAL FINA (KGR)	0,01
-TOMATE (LIT)	2,70
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

3 Elaboración del pescado

Añadir la salsa. Hornear a 180°C durante 25 minutos. Envasar a >85°C, tapar y entermar.

BACALAO (KGR)	12
---------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

BACALAO A LA RIOJANA

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	80-100g	0,25 cazo
	De 7 a 12 años	100-120g	0,25 cazo
	De 13 a 16 años	120-150g	0,25 cazo
	Mayor de 16 años	150-180g	0,25 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto. Sin glaseo.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

BACALAO CON PIPERRADA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual					
ALERGENOS	GLUTEN, PESCADO							
TRAZAS	LECHE							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 272 Kcal 11%	Proteínas 22,3 g 25%	Hidr. Car. 7,8 g 2%	Azúcares 0,1 g 0%	Grasas 17,2 g 22%	de las cuales saturadas 2,0 g 8%	Sal 2,5 g 49%	Fibra 0,9 g 4%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración del bacalao

Si se trata de pescado congelado, descongelar durante los días previos en cámara de descongelación/ de refrigeración y almacenar hasta su consumo en cámara. Se enharina el pescado y se fríe a 180°C durante 8 segundos. Se coloca en bandejas según raciones deseadas.

BACALAO (KGR)	12
ENHARINADO (KGR)	0,80
-ACEITE GIRASOL (LIT)	1
-HARINA DE TRIGO (KGR)	0,80

2 Elaboración de la piperrada

Echar el tomate en una olla junto con el fondo de verduras. Añadir el azúcar, la sal y hervir. Aparte en una basculante poner el aceite y calentar. Añadir los pimientos, el azúcar y la sal. Cocinar durante 15 minutos. Triturar el tomate. Mezclar el tomate y los pimientos.

SALSA PIPERRADA PESCADO (LIT)	2,70
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,04
-AZUCAR (KGR)	0,09
-PIMIENTO TIRAS (KGR)	0,12
-SAL FINA (KGR)	0,01
-TOMATE (LIT)	2,70
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

3 Elaboración del pescado

Añadir la salsa. Hornear a 180°C durante 25 minutos. Envasar a >85°C, tapar y entermar.

BACALAO (KGR)	12
---------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

BACALAO CON PIPERRADA

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	80-100g	0,25 cazo
	De 7 a 12 años	100-120g	0,25 cazo
	De 13 a 16 años	120-150g	0,25 cazo
	Mayor de 16 años	150-180g	0,25 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto. Sin glaseo.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

BACALAO CON TOMATE

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual					
ALERGENOS	GLUTEN, PESCADO							
TRAZAS	LECHE							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 272 Kcal 11%	Proteínas 22,3 g 25%	Hidr. Car. 7,8 g 2%	Azúcares 0,1 g 0%	Grasas 17,2 g 22%	de las cuales saturadas 2,0 g 8%	Sal 2,5 g 49%	Fibra 0,9 g 4%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración del bacalao

Si se trata de pescado congelado, descongelar durante los días previos en cámara de descongelación/ de refrigeración y almacenar hasta su consumo en cámara. Se enharina el pescado y se fríe a 180°C durante 8 segundos. Se coloca en bandejas según raciones deseadas.

BACALAO (KGR)	12
ENHARINADO (KGR)	0,80
-ACEITE GIRASOL (LIT)	1
-HARINA DE TRIGO (KGR)	0,80

2 Elaboración de la salsa de tomate

Echar el tomate en una olla junto con el fondo de verduras. Añadir el azúcar, la sal y hervir. Aparte en una basculante poner el aceite y calentar. Añadir el azúcar y la sal. Cocinar durante 15 minutos. Triturar el tomate. Mezclar el tomate y los pimientos.

SALSA TOMATE PESCADO (LIT)	2,70
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,04
-AZUCAR (KGR)	0,09
-SAL FINA (KGR)	0,01
-TOMATE (LIT)	2,70
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

3 Elaboración del pescado

Añadir la salsa. Hornear a 180°C durante 25 minutos. Envasar a >85°C, tapar y entermar.

BACALAO (KGR)	12
---------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

BACALAO CON TOMATE

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	80-100g	0,25 cazo
	De 7 a 12 años	100-120g	0,25 cazo
	De 13 a 16 años	120-150g	0,25 cazo
	Mayor de 16 años	150-180g	0,25 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto. Sin glaseo.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

BLANQUETA DE PAVO A LA MOSTAZA CON PIÑA Y PATATA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																									
ALERGENOS	SULFITOS, MOSTAZA																											
TRAZAS	GLUTEN, CRUSTACEO, LECHE, PESCADO																											
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>Calorías</td> <td>Proteínas</td> <td>Hidr. Car.</td> <td>Azúcares</td> <td>Grasas</td> <td>de las cuales saturadas</td> <td>Sal</td> <td>Fibra</td> </tr> <tr> <td>237 Kcal</td> <td>28,0 g</td> <td>12,2 g</td> <td>0,4 g</td> <td>8,3 g</td> <td>1,8 g</td> <td>1,0 g</td> <td>1,0 g</td> </tr> <tr> <td>10%</td> <td>31%</td> <td>4%</td> <td>1%</td> <td>10%</td> <td>7%</td> <td>20%</td> <td>4%</td> </tr> </table>	Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azúcares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra	237 Kcal	28,0 g	12,2 g	0,4 g	8,3 g	1,8 g	1,0 g	1,0 g	10%	31%	4%	1%	10%	7%	20%	4%			
Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azúcares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra																					
237 Kcal	28,0 g	12,2 g	0,4 g	8,3 g	1,8 g	1,0 g	1,0 g																					
10%	31%	4%	1%	10%	7%	20%	4%																					

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Elaboración de la blanqueta

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

Añadir el fondo de verduras a la basculante con el estofado de pavo, agua, tomate, mostaza y sal. Rebajar y cocer durante 20 minutos. Aparte, en un cazo se disuelve la harina de maíz en un poco de agua y se añade a la salsa que vuelva a hervir. Racionar y añadir la guarnición. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

MOSTAZA (KGR)	0,10
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,50
ESTOFADO PAVO (KGR)	13
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

2 Elaboración de la piña y patata

Freír la patata en la freidora. Abrir las latas de piña, escurrir y trocear. Mezclar ambos ingredientes

PATATA (KGR)	3
PIÑA ALMIBAR (KGR)	3

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD GUARNICION	
	De 3 a 6 años	80-90g	0,15 cazo
	De 7 a 12 años	100-130g	0,15 cazo
	De 13 a 16 años	140-150g	0,20 cazo
	Mayor de 16 años	140-160g	0,20 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

BLANQUETA DE POLLO CON PIÑA Y PATATA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																									
ALERGENOS	GLUTEN, SULFITOS																											
TRAZAS	CRUSTACEO, LECHE, PESCADO																											
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>Calorías</td> <td>Proteínas</td> <td>Hidr. Car.</td> <td>Azucares</td> <td>Grasas</td> <td>de las cuales saturadas</td> <td>Sal</td> <td>Fibra</td> </tr> <tr> <td>363 Kcal</td> <td>40,6 g</td> <td>12,7 g</td> <td>0,4 g</td> <td>16,4 g</td> <td>4,0 g</td> <td>1,0 g</td> <td>1,2 g</td> </tr> <tr> <td>15%</td> <td>46%</td> <td>4%</td> <td>1%</td> <td>21%</td> <td>15%</td> <td>20%</td> <td>5%</td> </tr> </table>	Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azucares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra	363 Kcal	40,6 g	12,7 g	0,4 g	16,4 g	4,0 g	1,0 g	1,2 g	15%	46%	4%	1%	21%	15%	20%	5%			
Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azucares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra																					
363 Kcal	40,6 g	12,7 g	0,4 g	16,4 g	4,0 g	1,0 g	1,2 g																					
15%	46%	4%	1%	21%	15%	20%	5%																					

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Elaboración de la blanqueta de pollo

En el caso de elaboración de víspera, se colocan los muslos en bandejas con aceite. Se hornean durante 40 minutos a 180°C. Se abate y se almacena en cámara de refrigeración. En el día se hornea durante 40 minutos a 180°C. Racionar el pollo en bandeja con la salsa blanquetay la guarnición. Hornear a 180°C durante 25 minutos. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

SAL FINA (KGR)	0,10
ACEITE GIRASOL (LIT)	0,50
MUSLO DE POLLO (KGR)	20
HARINA (KGR)	0,50
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

2 Elaboración de la guarnición

Freir la patata en la freidora. Abrir las latas de piña, escurrir y trocear.

PATATA (KGR)	3
PIÑA ALMIBAR (KGR)	3

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD GUARNICION	
	De 3 a 6 años	200-240g	0,15 cazo
	De 7 a 12 años	200-240g	0,15 cazo
	De 13 a 16 años	300-325g	0,20 cazo
	Mayor de 16 años	300-325g	0,20 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y bruto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

CHULETA DE CERDO AL HORNO CON PIMIENTOS ROJOS

Producto emplataado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos		PRESENTACION	Plato individual				
ALERGENOS	SULFITOS							
TRAZAS	CRUSTACEO,HUEVO,LECHE,PESCADO							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 362 Kcal 15%	Proteínas 22,6 g 25%	Hidr. Car. 9,9 g 3%	Azucares 1,8 g 3%	Grasas 26,2 g 33%	de las cuales saturadas 7,9 g 30%	Sal 1,1 g 21%	Fibra 1,3 g 5%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración de la chuleta

Se marca la chuleta en plancha o basculante. Se disponen en bandeja las raciones deseadas de la guiarrá fresca, se salsea, se añade la guarnición (salvo chips y ensalada).

CHULETA DE CERDO (KGR)	12
------------------------	----

2 Elaboración de la salsa de verduras

Se elabora la salsa a partir del fondo de verduras. Se mezclan todos los ingredientes salvo la fécula de maíz y se lleva a ebullición durante 20 minutos. Se mete la batidora y se tritura. Aparte en un cazo se disuelve la fécula de maíz en un poco de agua y se añade a la salsa y que vuelva a hervir. Se reserva para salsear.

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

TOMATE TRITURADO (KGR)	2,50
CALDO CARNE (KGR)	0,10
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,50
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

3 Elaboración de los pimientos rojos

Abren las latas de pimientos rojos y escurrir durante 3 minutos. En una basculante se saltean los pimientos rojos con aceite, azúcar y ajo. Repartir en bandejas.

PIMIENTOS ROJOS (KGR)	3,50
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,29
-AJO (KGR)	0,06
-AZUCAR (KGR)	0,12
-PIMIENTO TIRAS (KGR)	3,50

4 Elaboración de la chuleta

Meter en el horno a 200- 250° C de 15 a 30 minutos. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

CHULETA DE CERDO (KGR)	12
------------------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

CHULETA DE CERDO AL HORNO CON PIMIENTOS ROJOS

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	80-90g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	100-130g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	140-150g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	140-160g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y bruto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

HAMBURGUESA 100% TERNERA CON PIMIENTOS ROJOS

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos		PRESENTACION	Plato individual				
ALERGENOS	SULFITOS							
TRAZAS	CRUSTACEO,HUEVO,LECHE,PESCADO							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 423 Kcal 18%	Proteínas 19,9 g 22%	Hidr. Car. 21,1 g 6%	Azúcares 1,8 g 3%	Grasas 34,4 g 44%	de las cuales saturadas 2,3 g 9%	Sal 1,1 g 21%	Fibra 1,3 g 5%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración de la hamburguesa

Se fríen las raciones deseadas en la freidora a 180º durante 12 segundos. Se colocan en bandejas lista para salsear.

ACEITE GIRASOL (LIT)	1
HAMBURGUESA TERNERA (KGR)	12

2 Elaboración de la salsa

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min. Se mezclan todos los ingredientes excepto la fécula de maíz, hasta llegar a ebullición. Se disuelve la fécula de maíz en agua aparte y se añade. Se vuelve a hervir y se reserva.

TOMATE TRITURADO (KGR)	2,50
CALDO CARNE (KGR)	0,30
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,20
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

3 Elaboración de los pimientos rojos

Abri las latas de pimientos rojos y escurrir durante 3 minutos. En una basculante se saltean los pimientos rojos con aceite,azúcar y ajo. Repartir en bandejas.

PIMIENTOS ROJOS (KGR)	3,50
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,29
-AJO (KGR)	0,06
-AZUCAR (KGR)	0,12
-PIMIENTO TIRAS (KGR)	3,50

4 Elaboración de la hamburguesa

Se salsea la bandeja que contiene las hamburguesas,se añade la guarnición(salvo chip, ketchup y ensalada) y se mete al horno 220º C durante 15-20 minutos.Envasar a >85ºC, tapar y enterrar.

HAMBURGUESA TERNERA (KGR)	11
---------------------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

HAMBURGUESA 100% TERNERA CON PIMIENTOS ROJOS

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	60-70g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

HAMBURGUESA CON KETCHUP

Producto emplatado

Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																									
ALERGENOS	LEGUMBRE, SULFITOS, HUEVO																											
TRAZAS	SOJA																											
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>Calorías</td> <td>Proteínas</td> <td>Hidr. Car.</td> <td>Azúcares</td> <td>Grasas</td> <td>de las cuales saturadas</td> <td>Sal</td> <td>Fibra</td> </tr> <tr> <td>405 Kcal</td> <td>21,1 g</td> <td>12,9 g</td> <td>0,0 g</td> <td>29,8 g</td> <td>1,9 g</td> <td>1,0 g</td> <td>0,8 g</td> </tr> <tr> <td>17%</td> <td>24%</td> <td>4%</td> <td>0%</td> <td>38%</td> <td>7%</td> <td>20%</td> <td>3%</td> </tr> </table>	Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azúcares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra	405 Kcal	21,1 g	12,9 g	0,0 g	29,8 g	1,9 g	1,0 g	0,8 g	17%	24%	4%	0%	38%	7%	20%	3%			
Calorías	Proteínas	Hidr. Car.	Azúcares	Grasas	de las cuales saturadas	Sal	Fibra																					
405 Kcal	21,1 g	12,9 g	0,0 g	29,8 g	1,9 g	1,0 g	0,8 g																					
17%	24%	4%	0%	38%	7%	20%	3%																					

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración de la hamburguesa

Se fríen las raciones deseadas en la freidora a 180° durante 12 segundos. Se colocan en bandejas lista para salsear.

ACEITE GIRASOL (LIT)	1
HAMBURGUESA (KGR)	12

2 Elaboración de la salsa

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min. Se mezclan todos los ingredientes excepto la fécula de maíz, hasta llegar a ebullición. Se disuelve la fécula de maíz en agua aparte y se añade. Se vuelve a hervir y se reserva.

TOMATE TRITURADO (KGR)	2,50
CALDO CARNE (KGR)	0,30
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,20
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

Elaboración de la hamburguesa

Se salsea la bandeja que contiene las hamburguesas, se añade la guarnición (salvo chip, ketchup y ensalada) y se mete al horno 220° C durante 15-20 minutos. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

HAMBURGUESA (KGR)	12
-------------------	----

4 Elaboración del ketchup

El ketchup se envía aparte en bolsa cerrada para ser posteriormente repartido.

KETCHUP MONODOSIS (UNI)	100
-------------------------	-----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

HAMBURGUESA CON KETCHUP

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL SERVICIO	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	1 unidad	1 sobres
	De 7 a 12 años	1.50 unidad	1 sobres
	De 13 a 16 años	2 unidad	2 sobres
	Mayor de 16 años	2 unidad	2 sobres

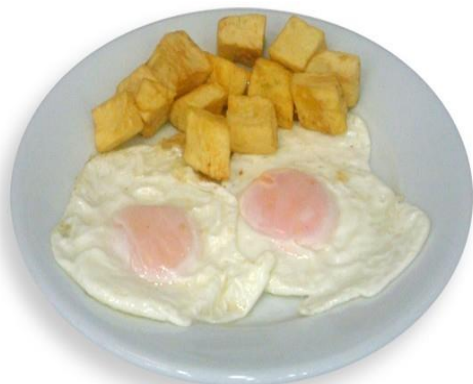
Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																	
ALERGENOS	HUEVO																			
TRAZAS																				
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>Calorías 304 Kcal</td> <td>Proteínas 15,0 g</td> <td>Hidr. Car. 6,0 g</td> <td>Azúcares 0,0 g</td> <td>Grasas 24,5 g</td> <td>de las cuales saturadas 5,1 g</td> <td>Sal 0,0 g</td> <td>Fibra 0,5 g</td> </tr> <tr> <td>13%</td> <td>17%</td> <td>2%</td> <td>0%</td> <td>31%</td> <td>20%</td> <td>0%</td> <td>2%</td> </tr> </table>	Calorías 304 Kcal	Proteínas 15,0 g	Hidr. Car. 6,0 g	Azúcares 0,0 g	Grasas 24,5 g	de las cuales saturadas 5,1 g	Sal 0,0 g	Fibra 0,5 g	13%	17%	2%	0%	31%	20%	0%	2%			
Calorías 304 Kcal	Proteínas 15,0 g	Hidr. Car. 6,0 g	Azúcares 0,0 g	Grasas 24,5 g	de las cuales saturadas 5,1 g	Sal 0,0 g	Fibra 0,5 g													
13%	17%	2%	0%	31%	20%	0%	2%													

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)							
<p>1 Elaboración de los huevos</p> <p>Calentar en sartén basculante el aceite hasta 180°C. Freír los huevos hasta que cuaje la yema, superando los 75°C. Reservar en mesa caliente</p>	<table border="1"> <tr> <td>HUEVO FRESCO (UNI)</td> <td>200</td> </tr> </table>	HUEVO FRESCO (UNI)	200				
HUEVO FRESCO (UNI)	200						
<p>2 Elaboración de la guarnición</p> <p>Se frien las patatas en freidora durante 5 minutos a 150°C. Se reparten en sus respectivas bandejas.</p>	<table border="1"> <tr> <td>PATATAS FRITAS (KGR)</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>-ACEITE GIRASOL (LIT)</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>-PATATA (KGR)</td> <td>3</td> </tr> </table>	PATATAS FRITAS (KGR)	3	-ACEITE GIRASOL (LIT)	1,00	-PATATA (KGR)	3
PATATAS FRITAS (KGR)	3						
-ACEITE GIRASOL (LIT)	1,00						
-PATATA (KGR)	3						

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	1 unidad	0,15 cazo
	De 7 a 12 años	1 unidad	0,15 cazo
	De 13 a 16 años	1-2 unidad	0,20 cazo
	Mayor de 16 años	2 unidades	0,20 cazo

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

HUEVOS FRITOS CON SALSA DE TOMATE

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años

POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																	
ALERGENOS	HUEVO																			
TRAZAS																				
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>Calorías 304 Kcal</td> <td>Proteínas 15,0 g</td> <td>Hidr. Car. 6,0 g</td> <td>Azucares 0,0 g</td> <td>Grasas 24,5 g</td> <td>de las cuales saturadas 5,1 g</td> <td>Sal 0,0 g</td> <td>Fibra 0,5 g</td> </tr> <tr> <td>13%</td> <td>17%</td> <td>2%</td> <td>0%</td> <td>31%</td> <td>20%</td> <td>0%</td> <td>2%</td> </tr> </table>	Calorías 304 Kcal	Proteínas 15,0 g	Hidr. Car. 6,0 g	Azucares 0,0 g	Grasas 24,5 g	de las cuales saturadas 5,1 g	Sal 0,0 g	Fibra 0,5 g	13%	17%	2%	0%	31%	20%	0%	2%			
Calorías 304 Kcal	Proteínas 15,0 g	Hidr. Car. 6,0 g	Azucares 0,0 g	Grasas 24,5 g	de las cuales saturadas 5,1 g	Sal 0,0 g	Fibra 0,5 g													
13%	17%	2%	0%	31%	20%	0%	2%													

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Elaboración de los huevos

Calentar en sartén basculante el aceite hasta 180°C.
Freír los huevos hasta que cuaje la yema, superando los 75°C. Reservar en mesa caliente.

HUEVO FRESCO (UNI)	100
--------------------	-----

2 Elaboración de la salsa de tomate

Se mezclan todos los ingredientes excepto la fécula de maíz, hasta llegar a ebullición. Se disuelve la fécula de maíz en agua aparte y se añade. Se vuelve a hervir y se reserva. Se raciona y se añade la salsa (>85°C). Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

HARINA DE MAIZ (KGR)	0,20
SALSA DE TOMATE (POLLO) (LIT)	3,60
-AZUCAR (KGR)	0,14
-CALDO POLLO (KGR)	0,02
-SAL FINA (KGR)	0,02
-TOMATE (LIT)	3,60

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	1 unidad	0,15 cazo
	De 7 a 12 años	1 unidad	0,15 cazo
	De 13 a 16 años	1-2 unidades	0,20 cazo
	Mayor de 16 años	2 unidades	0,20 cazo

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

LOMO ADOBADO A LA JARDINERA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual					
ALERGENOS	SULFITOS, LEGUMBRE							
TRAZAS	CRUSTACEO, HUEVO, PESCADO							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 295 Kcal 12%	Proteínas 23,5 g 26%	Hidr. Car. 8,5 g 3%	Azúcares 0,0 g 0%	Grasas 18,3 g 23%	de las cuales saturadas 3,1 g 12%	Sal 1,0 g 20%	Fibra 1,3 g 5%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración del lomo

Se frie el lomo adobado por la freidora a 180°C durante 10 segundos.

ACEITE GIRASOL (LIT)	1
LOMO ADOBADO (KGR)	11

2 Elaboración de la salsa

Elaboración del fondo: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

Elaboración de la salsa: Se mezclan todos los ingredientes salvo la harina de maíz y se lleva a ebullición durante 20 minutos. Se mete la batidora y se tritura. Aparte en un cazo se disuelve la maicena en un poco de agua y se añade la salsa y que vuelva a hervir. Se reserva para salsear.

SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,30
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

3 Elaboración de la guarnición

Introducir en el horno racional en una bandeja Gastronorm. Cocer durante 10 minutos a una temperatura de 180°C. Reservar

JARDINERA (KGR)	3,50
-ENSALADILLA (PATATA, ZANAHORIA, JUDIA VERDE, GUISANTES)	1,75

4 Elaboración del lomo

Se coloca en bandejas, se añade la salsa y la guarnición (salvo chip y ensalada). Se mete al horno 220°C durante 20 minutos. Envasar a Tª mayor de 85°C.

LOMO ADOBADO (KGR)	11
--------------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

LOMO ADOBADO A LA JARDINERA

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	60-70g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

LOMO ADOBADO CON ENSALADA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																																																					
ALERGENOS	SULFITOS																																																							
TRAZAS	CRUSTACEO,HUEVO,SOJA,PESCA																																																							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr><td>Calorías</td><td>321</td></tr><tr><td>Kcal</td><td></td></tr><tr><td>14%</td><td></td></tr></table>	Calorías	321	Kcal		14%		<table border="1"> <tr><td>Proteínas</td><td>23,3</td></tr><tr><td>g</td><td></td></tr><tr><td>26%</td><td></td></tr></table>	Proteínas	23,3	g		26%		<table border="1"> <tr><td>Hidr. Car.</td><td>5,6</td></tr><tr><td>g</td><td></td></tr><tr><td>2%</td><td></td></tr></table>	Hidr. Car.	5,6	g		2%		<table border="1"> <tr><td>Azucares</td><td>0,0</td></tr><tr><td>g</td><td></td></tr><tr><td>0%</td><td></td></tr></table>	Azucares	0,0	g		0%		<table border="1"> <tr><td>Grasas</td><td>22,6</td></tr><tr><td>g</td><td></td></tr><tr><td>29%</td><td></td></tr></table>	Grasas	22,6	g		29%		<table border="1"> <tr><td>de las cuales saturadas</td><td>3,7</td></tr><tr><td>g</td><td></td></tr><tr><td>14%</td><td></td></tr></table>	de las cuales saturadas	3,7	g		14%		<table border="1"> <tr><td>Sal</td><td>1,8</td></tr><tr><td>g</td><td></td></tr><tr><td>37%</td><td></td></tr></table>	Sal	1,8	g		37%		<table border="1"> <tr><td>Fibra</td><td>1,1</td></tr><tr><td>g</td><td></td></tr><tr><td>5%</td><td></td></tr></table>	Fibra	1,1	g		5%	
Calorías	321																																																							
Kcal																																																								
14%																																																								
Proteínas	23,3																																																							
g																																																								
26%																																																								
Hidr. Car.	5,6																																																							
g																																																								
2%																																																								
Azucares	0,0																																																							
g																																																								
0%																																																								
Grasas	22,6																																																							
g																																																								
29%																																																								
de las cuales saturadas	3,7																																																							
g																																																								
14%																																																								
Sal	1,8																																																							
g																																																								
37%																																																								
Fibra	1,1																																																							
g																																																								
5%																																																								

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración del lomo

Se fríe el lomo adobado por la freidora a 180°C durante 10 segundos.

ACEITE GIRASOL (LIT)	1
LOMO ADOBADO (KGR)	11

2 Elaboración de la salsa

Elaboración del fondo: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

Elaboración de la salsa: Se mezclan todos los ingredientes salvo la harina de maíz y se lleva a ebullición durante 20 minutos. Se mete la batidora y se tritura. Aparte en un cazo se disuelve la maicena en un poco de agua y se añade la salsa y que vuelva a hervir. Se reserva para salsear.

TOMATE TRITURADO (KGR)	2,50
CALDO CARNE (KGR)	0,10
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,30
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

3 Elaboración del lomo

Se coloca en bandejas, se añade la salsa y la guarnición (salvo chip y ensalada). Se mete al horno a 220°C durante 20 minutos. Envasar a Tª mayor de 85°C. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

LOMO ADOBADO (KGR)	11
--------------------	----

4 Elaboración de la ensalada

La ensalada se envía en bolsa cerrada para ser posteriormente montada y aliñada en el propio centro

GUARNICIÓN ENSALADA (KGR)	2,50
-ACEITE OLIVA (LIT)	0,43
-LECHUGA (KGR)	2,50
-SAL FINA (KGR)	0,08
-VINAGRE (LIT)	0,33

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

LOMO ADOBADO CON ENSALADA

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	60-70g	25 gramos
	De 7 a 12 años	80-110g	25 gramos
	De 13 a 16 años	110-120g	25 gramos
	Mayor de 16 años	120-140g	25 gramos

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

LOMO ADOBADO CON PIMIENTOS ROJOS

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos		PRESENTACION	Plato individual				
ALERGENOS	SULFITOS							
TRAZAS	CRUSTACEO, HUEVO, SOJA, PESCADO							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 321 Kcal 14%	Proteínas 23,4 g 26%	Hidr. Car. 8,3 g 3%	Azucares 1,8 g 3%	Grasas 21,8 g 28%	de las cuales saturadas 3,5 g 13%	Sal 1,1 g 21%	Fibra 1,3 g 5%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración del lomo

Se fríe el lomo adobado por la freidora a 180°C durante 10 segundos. Se coloca en bandejas

ACEITE GIRASOL (LIT)	1
LOMO ADOBADO (KGR)	11

2 Elaboración de la salsa

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

Elaboración de la salsa: se mezclan todos los ingredientes salvo la harina de maíz y se lleva a ebullición durante 20 minutos. Se mete la batidora y se tritura. Aparte en un cazo se disuelve la maicena en un poco de agua y se añade la salsa y que vuelva a hervir. Se reserva para salsear.

TOMATE TRITURADO (KGR)	2,50
CALDO CARNE (KGR)	0,10
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,30
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

3 Elaboración de los pimientos rojos

Abre las latas de pimientos rojos y escurrir durante 3 minutos. En una basculante se saltean los pimientos rojos con aceite, azúcar y ajo. Repartir en bandejas.

PIMIENTOS ROJOS (KGR)	3,50
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,29
-AJO (KGR)	0,06
-AZUCAR (KGR)	0,12
-PIMIENTO TIRAS (KGR)	3,50

4 Elaboración del lomo

Se añade la salsa y la guarnición (salvo chip y ensalada). Se mete al horno a 220°C durante 20 minutos. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

LOMO ADOBADO (KGR)	11
--------------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

LOMO ADOBADO CON PIMIENTOS ROJOS

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	60-70g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

MERLUZA A LA ROMANA CON PIMIENTOS ROJOS

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual					
ALERGENOS	GLUTEN,HUEVO,PESCADO							
TRAZAS	LEGUMBRE,SOJA							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 305 Kcal 13%	Proteínas 25,1 g 28%	Hidr. Car. 14,1 g 4%	Azúcares 1,9 g 3%	Grasas 17,8 g 23%	de las cuales saturadas 2,3 g 9%	Sal 2,5 g 51%	Fibra 1,0 g 4%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración de la merluza

MERLUZA (KGR)	12
---------------	----

Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min. .Pasar el pescado por la mezcla (romana) y añadir a la freidora a 180°C durante 10 s. Se coloca en bandeja según raciones.

2 Elaboración de la romana

Mezclar la harina y el huevo y batir durante 20 minutos aproximadamente.

ROMANA (LIT)	3,36
-ACEITE GIRASOL (LIT)	1,00
-HARINA (KGR)	1,36
-HUEVO LIQUIDO (10 L) (LIT)	2,00

3 Guarnición de pimientos rojos

Abrir las latas de pimientos rojos y escurrir durante 3 minutos. En una basculante se saltean los pimientos rojo con aceite, azúcar y ajo. Repartir en bandejas.

PIMIENTOS ROJOS (KGR)	3,50
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,29
-AJO (KGR)	0,06
-AZUCAR (KGR)	0,12
-PIMIENTO TIRAS (KGR)	3,50

4 Elaboración del pescado

Añadir la guarnición. Hornear a 200°C durante 20 minutos. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

MERLUZA (KGR)	12
---------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

MERLUZA A LA ROMANA CON PIMIENTOS ROJOS

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	80-100g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	100-120g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	120-150g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	150-180g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto. Sin glaseo.

Ficha de plato



Gastronomía
Cantábrica
Profesionales de la alimentación

MERLUZA CON PIMIENTOS ROJOS

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual					
ALERGENOS	GLUTEN, PESCADO							
TRAZAS	LECHE, SOJA, LEGUMBRE							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 272 Kcal 11%	Proteínas 22,3 g 25%	Hidr. Car. 7,8 g 2%	Azucares 0,1 g 0%	Grasas 17,2 g 22%	de las cuales saturadas 2,0 g 8%	Sal 2,5 g 49%	Fibra 0,9 g 4%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración de la merluza

Si se trata de pescado congelado, descongelar durante los días previos en cámara de descongelación/ de refrigeración y almacenar hasta su consumo en cámara. Se enharina el pescado y se fríe a 180°C durante 8 segundos. Se coloca en bandejas según raciones deseadas.

MERLUZA (KGR)	12
ENHARINADO (KGR)	0,80
-ACEITE GIRASOL (LIT)	1
-HARINA DE TRIGO (KGR)	0,80

2 Elaboración de los pimientos rojos

Abrir las latas de pimientos rojos y escurrir durante 5 minutos. En una basculante se saltean los pimientos rojos con aceite, azúcar y ajo. Repartir en bandejas.

SALSA RIOJANA PESCADO (LIT)	2,70
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,04
-AZUCAR (KGR)	0,09
-PIMIENTO TIRAS (KGR)	0,12
-SAL FINA (KGR)	0,01
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

3 Elaboración del pescado

Hornear a 180°C durante 25 minutos. Añadir guarnición. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

BACALAO (KGR)	12
---------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

MERLUZA CON PIMIENTOS ROJOS

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	80-100g	0,25 cazo
	De 7 a 12 años	100-120g	0,25 cazo
	De 13 a 16 años	120-150g	0,25 cazo
	Mayor de 16 años	150-180g	0,25 cazo

*Gramaje expresado en crudo y neto. Sin glaseo.

Ficha de plato



Gastronomía
Cantábrica
Profesionales de la alimentación

MERLUZA EN SALSA CON GUIANTES

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual					
ALERGENOS	GLUTEN, HUEVO, LEGUMBRE, PESCADO							
TRAZAS	LECHE, SOJA							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 245 Kcal 10%	Proteínas 18,3 g 21%	Hidr. Car. 9,6 g 3%	Azucares 1,4 g 2%	Grasas 14,8 g 19%	de las cuales saturadas 2,1 g 8%	Sal 0,0 g 0%	Fibra 1,5 g 6%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración del pescado

Si se trata de pescado congelado, descongelar durante los días previos en cámara de descongelación/ de refrigeración. Se enharina el pescado y se frie a 180°C durante 8 segundos. Se coloca en bandejas según raciones deseadas.

FILETE DE MERLUZA (KGR)	12
ENHARINADO (KGR)	0,80
-ACEITE GIRASOL (LIT)	1
-HARINA DE TRIGO (KGR)	0,80

2 Elaboración de la salsa verde

Llenar basculante con agua. Añadir el caldo y el vino blanco. En una cazuela triturar el perejil con los 6 litros de aceite, añadir la harina y hacer una mezcla uniforme. Una vez el agua de la basculante hierve, añadir la mezcla y batir.

SALSA VERDE (LIT)	3,60
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,05
-ACEITE OLIVA (LIT)	0,05
-CALDO PESCADO (KGR)	0,04
-HARINA (KGR)	0,11
-PEREJIL (KGR)	0,05
-VINO BLANCO (LIT)	0,05

3 Elaboración de la guarnición

Cocer los guisantes a 160°C durante 40 min. Picar el huevo cocido

GUISANTES (KGR)	3
HUEVO COCIDO (UNI)	10

4 Elaboración del pescado

Añadir la salsa. Hornear a 200°C durante 20 minutos. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

FILETE DE MERLUZA (KGR)	12
-------------------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

MERLUZA EN SALSA CON GUI SANTES

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	80-100g	0,25 cazo
	De 7 a 12 años	100-120g	0,25 cazo
	De 13 a 16 años	120-150g	0,50 cazo
	Mayor de 16 años	150-180g	0,50 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto. Sin glaseo.

PECHUGA DE PAVO AL HORNO CON ENSALADA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos		PRESENTACION	Plato individual				
ALERGENOS	SULFITOS							
TRAZAS	CRUSTACEO,HUEVO,LECHE,PESCADO							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 210 Kcal 9%	Proteínas 20,7 g 23%	Hidr. Car. 7,4 g 2%	Azúcares 0,0 g 0%	Grasas 9,7 g 12%	de las cuales saturadas 1,2 g 5%	Sal 1,8 g 37%	Fibra 1,1 g 5%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

Pre-Elaboración de la pechuga

Se marca el filete en plancha o basculante. Se disponen en bandeja las raciones deseadas de la pechuga, se salsea, se añade la guarnición (salvo chips y ensalada).

PECHUGA DE PAVO (KGR)	12
-----------------------	----

Elaboración de la salsa de verduras

Se elabora la salsa a partir del fondo de verduras. Se mezclan todos los ingredientes salvo la fécula de maíz y se lleva a ebullición durante 20 minutos. Se mete la batidora y se tritura. Aparte en un cazo se disuelve la fécula de maíz en un poco de agua y se añade a la salsa y que vuelva a hervir. Se reserva para salsear.

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

TOMATE TRITURADO (KGR)	2,50
CALDO CARNE (KGR)	0,10
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,50
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

Elaboración de la pechuga

Meter en el horno a 200-250°C de 15 a 30 minutos.
Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

PECHUGA DE PAVO (KGR)	12
-----------------------	----

Elaboración de la ensalada

La ensalada se envía en bolsa cerrada para ser posteriormente montada y aliñada en el propio centro

GUARNICIÓN ENSALADA (KGR)	2,50
-ACEITE OLIVA (LIT)	0,43
-LECHUGA (KGR)	2,50
-SAL FINA (KGR)	0,08
-VINAGRE (LIT)	0,33

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

PECHUGA DE PAVO AL HORNO CON ENSALADA

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	70-80g	25 gramos
	De 7 a 12 años	90-120g	25 gramos
	De 13 a 16 años	120-130g	25 gramos
	Mayor de 16 años	130-150g	25 gramos

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual																	
ALERGENOS	SULFITOS																			
TRAZAS	CRUSTACEO,HUEVO,LECHE,PESCADO																			
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	<table border="1"> <tr> <td>Calorías 210 Kcal</td> <td>Proteínas 20,7 g</td> <td>Hidr. Car. 7,4 g</td> <td>Azúcares 0,0 g</td> <td>Grasas 9,7 g</td> <td>de las cuales saturadas 1,2 g</td> <td>Sal 1,8 g</td> <td>Fibra 1,1 g</td> </tr> <tr> <td>9%</td> <td>23%</td> <td>2%</td> <td>0%</td> <td>12%</td> <td>5%</td> <td>37%</td> <td>5%</td> </tr> </table>	Calorías 210 Kcal	Proteínas 20,7 g	Hidr. Car. 7,4 g	Azúcares 0,0 g	Grasas 9,7 g	de las cuales saturadas 1,2 g	Sal 1,8 g	Fibra 1,1 g	9%	23%	2%	0%	12%	5%	37%	5%			
Calorías 210 Kcal	Proteínas 20,7 g	Hidr. Car. 7,4 g	Azúcares 0,0 g	Grasas 9,7 g	de las cuales saturadas 1,2 g	Sal 1,8 g	Fibra 1,1 g													
9%	23%	2%	0%	12%	5%	37%	5%													

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración de la pechuga

Se marca el filete en plancha o basculante. Se disponen en bandeja las raciones deseadas de la pechuga, se salsea, se añade la guarnición (salvo chips y ensalada).

PECHUGA DE POLLO (KGR)	12
------------------------	----

2 Elaboración de la salsa de verduras

Se elabora la salsa a partir del fondo de verduras. Se mezclan todos los ingredientes salvo la fécula de maíz y se lleva a ebullición durante 20 minutos. Se mete la batidora y se tritura. Aparte en un cazo se disuelve la fécula de maíz en un poco de agua y se añade a la salsa y que vuelva a hervir. Se reserva para salsear.

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

TOMATE TRITURADO (KGR)	2,50
CALDO CARNE (KGR)	0,10
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,50
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

3 Elaboración de la pechuga

PECHUGA DE POLLO (KGR)	12
------------------------	----

Meter en el horno a 200-250°C de 15 a 30 minutos.

Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

4 Elaboración de la ensalada

La ensalada se envía en bolsa cerrada para ser posteriormente montada y aliñada en el propio centro

GUARNICIÓN ENSALADA (KGR)	2,50
-ACEITE OLIVA (LIT)	0,43
-LECHUGA (KGR)	2,50
-SAL FINA (KGR)	0,08
-VINAGRE (LIT)	0,33

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	70-80g	25 gramos
	De 7 a 12 años	90-120g	25 gramos
	De 13 a 16 años	120-130g	25 gramos
	Mayor de 16 años	130-150g	25 gramos

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

Ficha de plato



Gastronomía Cantábrica
Profesionales de la alimentación

PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos	PRESENTACION	Plato individual					
ALERGENOS	SULFITOS							
TRAZAS	CRUSTACEO,HUEVO,LECHE,PESCADO							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 180 Kcal 8%	Proteínas 21,3 g 24%	Hidr. Car. 8,7 g 3%	Azúcares 0,0 g 0%	Grasas 5,6 g 7%	de las cuales saturadas 0,7 g 3%	Sal 1,5 g 30%	Fibra 0,8 g 3%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Pre-Elaboración de la pechuga

Se marca el filete en plancha o basculante. Se disponen en bandejas las raciones deseadas de la pechuga, se salsea, se añade la guarnición (salvo chips y ensalada).

PECHUGA DE POLLO (KGR)	12
------------------------	----

2 Elaboración de la salsa de verduras

Se elabora la salsa a partir del fondo de verduras. Se mezclan todos los ingredientes salvo la fécula de maíz y se lleva a ebullición durante 20 minutos. Se mete la batidora y se tritura. Aparte en un cazo se disuelve la fécula de maíz en un poco de agua y se añade a la salsa y que vuelva a hervir. Se reserva para salsear.

TOMATE TRITURADO (KGR)	2,50
CALDO CARNE (KGR)	0,10
SAL FINA (KGR)	0,10
HARINA DE MAIZ (KGR)	0,50
FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

Elaboración del fondo de verduras: Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

3 Elaboración de los champiñones

Abrir las latas de champiñón y escurrirlas durante 3 minutos. Añadir el champiñón a las correspondientes bandejas.

CHAMPIÑÓN (KGR)	3,50
-----------------	------

4 Elaboración de la pechuga

Meter en el horno a 200-250°C de 15 a 30 minutos. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

PECHUGA DE PALLO (KGR)	12
------------------------	----

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	70-80g	0,20 cazo
	De 7 a 12 años	90-120g	0,20 cazo
	De 13 a 16 años	120-130g	0,30 cazo
	Mayor de 16 años	130-150g	0,30 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

SALCHICHAS FRESCAS DE AVE CON CHAMPIÑONES

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años

POBLACION DIANA	Niños y adultos		PRESENTACION	Plato individual				
ALERGENOS	LECHE, LEGUMBRE, SOJA, SULFITOS							
TRAZAS	GLUTEN, CRUSTACEO, HUEVO, PESCADO							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 240 Kcal	Proteínas 17,3 g	Hidr. Car. 6,3 g	Azúcares 0,4 g	Grasas 16,5 g	de las cuales saturadas 3,0 g	Sal 1,6 g	Fibra 1,7 g
	10%	19%	2%	1%	21%	11%	32%	7%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Elaboración del fondo de verduras

Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

2 Elaboración de los champiñones

Abrir las latas de champiñón y escurrirlas durante 3 minutos. Añadir el champiñón a las correspondientes bandejas.

CHAMPIÑONES (KGR)	3
-------------------	---

3 Elaboración de las salchichas

Se cuecen las salchichas en la olla durante 20 minutos. Se añaden los champiñones. Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

SALCHICHAS FRESCAS (KGR)	9,60
--------------------------	------

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

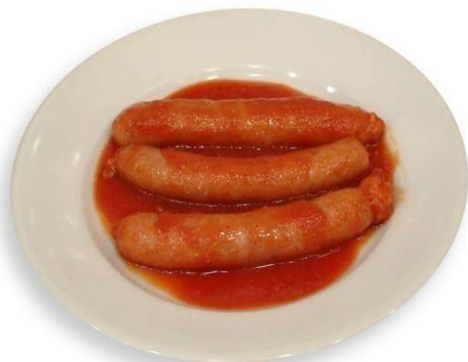
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE CON CHAMPIÑONES

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	60-70g	0,25 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,25 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,50 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,50 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.

SALCHICHAS FRESCAS DE AVE COCIDAS CON SALSA DE TOMATE

Producto emplatado
Ración de niño de 12 años



POBLACION DIANA	Niños y adultos		PRESENTACION	Plato individual				
ALERGENOS	LECHE, LEGUMBRE, SOJA, SULFITOS							
TRAZAS	GLUTEN, CRUSTACEO, HUEVO, PESCADO							
VAL. NUTRICIONAL según ración indicada para niños 12 años % CDO (Cantidad Diaria Orientativa)	Calorías 240 Kcal 10%	Proteínas 17,3 g 19%	Hidr. Car. 6,3 g 2%	Azucares 0,4 g 1%	Grasas 16,5 g 21%	de las cuales saturadas 3,0 g 11%	Sal 1,6 g 32%	Fibra 1,7 g 7%

PROCESO DE ELABORACION (cantidades por 100 raciones)

1 Elaboración del fondo de verduras

Se saltean en basculante con aceite la verdura. Se deja dorar. Se añade vino blanco. Se deja reducir el vino blanco y se añade agua. Hervir durante 30-40 min.

FONDO DE VERDURAS (LIT)	6
-ACEITE GIRASOL (LIT)	0,42
-CEBOLLA (KGR)	1,62
-PIMIENTO ROJO (KGR)	0,42
-PIMIENTOS VERDES (KGR)	0,42
-PUERROS TROCEADO (KGR)	0,11
-VINO BLANCO (LIT)	0,24
-ZANAHORIA (KGR)	0,11

2 Elaboración de la salsa de tomate

Se mezclan todos los ingredientes excepto la fécula de maíz, hasta llegar a ebullición. Se disuelve la fécula de maíz en agua aparte y se añade. Se vuelve a hervir y se reserva.

HARINA DE MAIZ (KGR)	0,20
SALSA DE TOMATE (POLLO) (LIT)	3,60
-AZUCAR (KGR)	0,14
-CALDO POLLO (KGR)	0,02
-SAL FINA (KGR)	0,02
-TOMATE (LIT)	3,60

3 Elaboración de las salchichas

Se cuecen las salchichas en la olla durante 20 minutos. En paralelo se mantiene la salsa en olla hirviendo. Se raciona, se añade la salsa (>85°C) y la guarnición (salvo chips y ketchup). Envasar a >85°C, tapar y enterrar.

SALCHICHAS FRESCAS (KGR)	9,60
--------------------------	------

Ficha de plato



**Gastronomía
Cantábrica**
Profesionales de la alimentación

SALCHICHAS FRESCAS DE AVE COCIDAS CON SALSA DE TOMATE

	ELABORACIÓN CALIENTE	ELABORACIÓN FRIO	
ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma. Distribución en furgoneta isoterma.	Bandeja Gastronorm y/o recipiente isoterma y/o envase individual. Distribución en furgoneta refrigerada o con acumuladores de hielo.	
CONSERVACIÓN	A mayor de 65°C	A 4°C	
MODO DE EMPLEO	Mantenimiento a más de 65°C hasta su consumo en mesa caliente y/o baño maría.	Regeneración a más de 70°C en menos de 1 hora en horno de regeneración.	
VIDA UTIL	Consumo en el día de la elaboración (24h.)	Consumo máximo en 4 días	
GRAMAJE DEL INGREDIENTE PRINCIPAL	EDADES	CANTIDAD PRINCIPAL	CANTIDAD GUARNICION
	De 3 a 6 años	60-70g	0,25 cazo
	De 7 a 12 años	80-110g	0,25 cazo
	De 13 a 16 años	110-120g	0,50 cazo
	Mayor de 16 años	120-140g	0,50 cazo

*Gramaje expresado en peso crudo y neto.