

Menú febrero 2025 - halal

casaintur
SALUDABLES DESDE 1992

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7 RECETA TRADICIONAL
Mix de lechuga, manzana y pasas	Lechuga, piña, maíz y vinagreta de mandarina	Lechuga, pipas, zanahoria y col lombarda	Lechuga, manzana, tomate y pipas	Mezclum, olivas, calabaza y queso
Patatas estofadas con vegetales	Potaje de garbanzos eco con huevo	Tomate natural con queso fresco artesano	Macarrones integrales con boloñesa veggie	Crema de legumbres eco
Tortilla de queso	Fajita murciana	Arroz a la jardinera	Merluza a la marinera	Jamoncitos de pollo halal a la naranja
Pan integral y fruta	Pan integral y fruta	Pan integral, leche y fruta	Pan integral y fruta	Pan integral y fruta
10 DÍA MUNDIAL DE LA LEGUMBRE	11	12	13	14 SAN VALENTÍN
Mix de lechuga, manzana y pasas	Lechuga, piña, maíz y vinagreta de mandarina	Lechuga, pipas, zanahoria y col lombarda	Lechuga, manzana, tomate y pipas	Mezclum, olivas, calabaza y queso
Lentejas eco con verduras	Espaguetis integrales con pisto	Crema de alubias eco	Caballa desmigada, tomate y olivas	Sopa de ave maravilla
Buñuelos de bacalao con salsa barbacoa casera	Tortilla de zanahoria	Bocaditos de merluza	Arroz de rape	Pollo halal con tomate y patatitas
Pan integral y fruta	Pan integral y fruta	Pan integral y fruta	Pan integral y fruta	Pan integral, yogur artesano con confeti de chocolate y fruta
17	18	19	20	21
Mix de lechuga, manzana y pasas	Lechuga, piña, maíz y vinagreta de mandarina	Lechuga, pipas, zanahoria y col lombarda	Lechuga, manzana, tomate y pipas	Mezclum, olivas, calabaza y queso
Sopa de verduras con fideo eco	Crema de verduras de temporada	Alubias eco con hortalizas	Taller de hummus eco con tosta	Guiso de patata con puerro y verduritas
Ventresca de merluza en tempura de garbanzo con tiras de boniato	Lasaña de verdura	Tortilla francesa con zanahoria salteada	Paella de verduras	Pescado fresco y pisto de verdura
Pan integral y fruta	Pan integral y fruta	Pan integral, leche y fruta	Fruta	Pan integral y fruta
24	25	26 CARNAVAL	27	28
Mix de lechuga, manzana y pasas	Lechuga, piña, maíz y vinagreta de mandarina	Lechuga, pipas, zanahoria y col lombarda	Lechuga, manzana, tomate y pipas	Mezclum, olivas, calabaza y queso
Lentejas eco de invierno	Arroz con tomate	Sopa de verduras con letras	Crema de garbanzos eco	Tomate natural rallado con atún desmigado
Tortilla de patata y cebolla	Salmón al horno con salsa mery	Pollo halal con patata a lo pobre	Tortilla francesa	Rossejat de fideos con sepia
Pan integral y fruta	Pan integral y fruta	Pan integral, yogur artesano y fruta	Pan integral y fruta	Pan integral y fruta

ODS 3: promovemos la salud y bienestar con elaboraciones nutritivas y saludables

ODS 12: fomentamos la producción y consumo responsable con productos de temporada, de proximidad ,y recetas tradicionales actualizadas

ODS 4: fomentamos la educación igualitaria y de calidad a través de la cultura gastronómica de nuestro entorno y otras culturas que conviven con nosotros



Cumpliendo con el Reglamento 1169/2011, la empresa tiene a su disposición los alérgenos que contiene cada plato. Pueden solicitarlo en colectividades@intur.com | Menú recomendado y validado nutricionalmente por la dietista - nutricionista colegiada nº CV0639 | Descárgate mensualmente los menús en www.inturocollectividades.com o en nuestra APP "Intur APP"

