

Menú noviembre 2024 - frutos secos y rosáceas

casaintur
SALUDABLES DESDE 1997

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria y remolacha Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de rape Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Crema de alubias eco Lomo con patata a lo pobre Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate y olivas Arroz caldoso Tortilla de queso y brécol Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave maravilla Jamoncitos de pollo en su jugo Pan integral y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria y remolacha Guiso de patata con magro de cerdo Tortilla francesa Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Lasaña mixta Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Arroz empedrado con tomate Buñuelos de bacalao Pan integral y leche	Lechuga, tomate y olivas Potaje de garbanzos eco Chuletas de pavo con salsa de verdura Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	19	20	21	22
Lechuga, zanahoria y remolacha Lentejas eco a la jardinera Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas con tomate y patatitas Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate y olivas Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos con sepia Pan integral y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria y remolacha Crema de guisantes y puerro Merluza enharinada con tiras de boniato Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones integrales napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y leche	Lechuga, tomate y olivas Tomate y queso fresco artesano Arroz de secreto Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de pescado con fideo grueso Pescado fresco 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 CV00639 | Descárgate mensualmente los menús en www.inturcolectividades.com o en nuestra APP "Intur APP"

