

Menú noviembre 2024 - hipocalórico

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao al horno Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de verduras Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Crema de alubias eco Lomo asado Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Arroz caldoso de verdura Tortilla francesa Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de vegetales maravilla Jamoncitos de pollo en su jugo Pan integral y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Guiso de patata con hortalizas Tortilla francesa Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Pollo asado en su jugo Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Arroz empedrado con romescu Pescado al horno Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas 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, remolacha y pipas Lentejas eco a la jardinera Tortilla francesa 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, pipas y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas con tomate Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas 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 vegetales Pan integral y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Crema de guisantes y puerro Burger vegetal Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones integrales napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Patatas hervida con aceite de oliva Tombet de pollo Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Tomate y queso fresco artesano Arroz de hortalizas al horno Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras 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"

