

Menú diciembre 2024 - carne

casaintur
SALUDABLES DESDE 1997

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>3</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>4</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Nuggets vegetales con patata panadera</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	<p>5</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Burrito vegetal</p> <p>Fideuà marinera</p> <p>Pan integral y fruta</p>	
<p>9</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Espaguetis integrales con pisto</p> <p>Croquetas de espinacas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>10</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con verdura</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>11</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y leche</p>	<p>12</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Merluza con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>13</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>16</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con calabaza</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>17</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta integral napolitana con queso</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>18</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>19</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>20</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa de hortalizas</p> <p>Inturburger vegetal con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</p>

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"

