

Menú octubre 2025 - gluten

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<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</p> <p>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"</p>	 <p>#INTURODS PROYECTO EDUCATIVO</p>	<p>1</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y olivas " Fideuà " s/gluten campera Tortilla de queso Pan s/gluten y fruta</p>	<p>2</p> <p>Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de guisantes y zanahoria Pasta s/gluten de pescado Pan s/gluten y fruta</p>	<p>3</p> <p>Brotes, lechuga, tomate y manzana Tomate natural, atún y olivas Paella valenciana Pan s/gluten, yogur artesano y fruta</p>
<p>6</p> <p>Ensalada de pasta (s/gluten) Buñuelos de bacalao y salsa de ketchup casera Pan s/gluten y fruta</p>	<p>7</p> <p>Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Estofado de alubias con magro Tortilla de patata y cebolla Pan s/gluten y fruta</p>	<p>8</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y olivas Sopa de gallina y fideos s/gluten Jamoncitos de pollo al ajillo Pan s/gluten y fruta</p>		
<p>13</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y olivas Pasta s/gluten con verduras de la huerta Huevo roto con patatas Pan s/gluten y fruta</p>	<p>14</p> <p>Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Sopa cubierta con fideo s/gluten Longanizas con salsa de calabaza Pan s/gluten y fruta</p>	<p>15</p> <p>Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Potaje de garbanzos con chirivía Panini s/gluten de atún, vegetales y queso Fruta</p>	<p>16</p> <p>Brotes, lechuga, tomate y manzana Tomate natural y queso fresco artesano Arroz del pescador a partir de morralla y chipirón Pan s/gluten y fruta</p>	<p>17</p> <p>Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de calabaza y pipas Alitas de pollo con salsa barbacoa casera Pan s/gluten, leche y fruta</p>
<p>20</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y olivas Plumas s/gluten con huevo duro Salmón en salsa mery Pan s/gluten y fruta</p>	<p>21</p> <p>Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Alubias con boniato Tortilla de puerro y queso Pan s/gluten y fruta</p>	<p>22</p> <p>Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Crema castellana con legumbre eco Pollo en su jugo con nabo Pan s/gluten y fruta</p>	<p>23</p> <p>Brotes, lechuga, tomate y manzana Sopa de cocido (s/gluten) Pastel de carne con patata y zanahoria Pan s/gluten y fruta</p>	<p>24</p> <p>Lechuga, tomate, semillas y queso Arroz con tomate Buñuelos de bacalao Pan s/gluten, yogur artesano y fruta</p>
<p>27</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y olivas Guiso de patata con vegetales y magro Tortilla francesa Pan s/gluten y fruta</p>	<p>28</p> <p>Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Espaguetis s/gluten al pesto rosso Ventresca a la carbonada Pan s/gluten y fruta</p>	<p>29</p> <p>Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Olla de Castelló con legumbre eco Bacalao rebozado Pan s/gluten y fruta</p>	<p>30</p> <p>Taller de ensaladas Arroz al horno Pan s/gluten y fruta</p>	<p>31</p> <p>Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de alubias eco Jamoncitos de pollo al limón Pan s/gluten y postre terrorífico</p>