

Menú diciembre 2025 - huevo, pescado y lentejas

casaintur
SALUDABLES DESDE 1992

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
1	Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas Pasta s/huevo a la carbonara Panini con tomate y queso Pan integral y fruta	2	Lechuga, zanahoria, col lomibarda y vinagreta Potaje de garbanzos eco con espinacas Filete de pollo y salsa ketchup Pan integral y fruta	3	Lechuga, pipas, col lombarda y zanahoria Sopa vegetal con pasta s/huevo Goulash de pavo Pan integral y fruta	4	Lechuga, tomate, manzana y semillas Arroz con tomate Guisantes salteados con salsa mery Pan integral y fruta	5	Mezclum, olivas, calabaza y queso Crema de alubias eco Lomo asado con patata al romero Pan integral, yogur y fruta
		9	Lechuga, zanahoria, col lomibarda y vinagreta Espaguetis s/huevo con verduritas Verduras en tempura Pan integral y fruta	10	Lechuga, pipas, col lombarda y zanahoria Arroz caldoso Filete a la plancha con tomate Pan integral y fruta	11	Lechuga, tomate, manzana y semillas Puré de legumbres eco Alitas de pollo a la miel Pan integral y fruta	12	Mezclum, olivas, calabaza y queso Tomate natural con queso fresco artesano Fideuá s/huevo de secreto y vegetales Pan integral y fruta
15	Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas Guiso de patata jardinera Judía salteadas con verduras de invierno Pan integral y fruta	16	Lechuga, zanahoria, col lomibarda y vinagreta Cocido valenciano Panini margarita Pan integral y fruta	17	Lechuga, pipas, col lombarda y zanahoria Crema de guisante y zanahoria Pollo asado con brócoli y zanahoria Pan integral y fruta	18	Lechuga, tomate, manzana y semillas Queso fresco con tomate rallado y aceitunas Paella de verduras Pan integral y fruta	19	Mezclum, olivas, calabaza y queso Sopa navideña (s/huevo) Filete a la plancha Pan integral y postre navideño
22	Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas Arroz con tomate Pollo horneado en su jugo 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"