

Menú febrero 2026 - lactosa

casaintur
SALUDABLES DESDE 1992

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Lechuga, manzana, pasas y col lombarda Lentejas eco con verduras de invierno Tempura de merluza Pan integral y fruta	3 Lechuga, maíz, pipas y zanahoria Arroz de puchero Tortilla francesa Pan integral y fruta	4 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de alubia eco Lomo asado con patata a lo pobre Pan integral y fruta	5 Mezclum, piña y zanahoria Caballa desmigada, tomate rallado y rodajas de aceituna Fideuá de rape Pan integral y fruta	6 Lechuga, tomate y pasas Sopa de verduras con maravilla Pollo con manzana y puerro Pan integral, fruta y postre vegetal
9 Lechuga, manzana, pasas y col lombarda Guiso de patata con vegetales y magro Tortilla francesa Pan integral y fruta	10 Lechuga, maíz, pipas y zanahoria Crema de verduras ecológicas Contramuslo de pollo asado Pan integral y fruta	11 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Macarrones integrales con boloñesa veggie Buñuelos de bacalao Pan integral y fruta	12 Mezclum, piña y zanahoria Olla de invierno con garbanzo eco Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	13 Lechuga, tomate y pasas Arroz con salsa de tomate Ventresca a la marinera Pan integral y postre
16 Lechuga, manzana, pasas y col lombarda Lentejas eco de la huerta Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	17 Lechuga, maíz, pipas y zanahoria Sopa vegetal con fideo eco Albóndigas a la jardinera Pan integral y fruta	18 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Arroz con verduras invernales Fogonero crujiente Pan integral y fruta	19 Mezclum, piña y zanahoria Crema de garbanzo eco y calabaza Jamoncitos de pollo asados Pan integral y fruta	20 Lechuga, tomate y pasas Atún, tomate y aceitunas <i>Rossejat</i> de fideos con sepia Pan integral, fruta y postre vegetal
23 Lechuga, manzana, pasas y col lombarda Espaguetis integrales a la napolitana Abadejo en salsa mery Pan integral y fruta	24 Lechuga, maíz, pipas y zanahoria Guiso de verduritas con pollo y patata Tortilla francesa con esfera de hummus Pan integral y fruta	25 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de garrofón Tombet de pollo Pan integral y fruta	26 Mezclum, piña y zanahoria Tomate natural y caballa desmigada Paella valenciana Pan integral y fruta	27 Lechuga, tomate y pasas Olla valenciana viuda Pizza de atún Fruta y postre vegetal

ODS 3: promovemos la salud y bienestar con elaboraciones nutritivas y saludables

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

ODS 12: fomentamos la producción y consumo responsable con productos de temporada, de proximidad, y recetas tradicionales actualizadas

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"



#INTURODS
PROYECTO EDUCATIVO