


Menú diciembre 2025 - gluten					casaintur				
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
1	Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas Pasta s/gluten a la carbonara Tortilla de calabaza y cebolla Pan s/gluten y fruta	2	Lechuga, zanahoria, col lombarda y vinagreta Potaje de garbanzos eco con espinacas Merluza enharinada (con harina de maíz) con salsa ketchup Pan s/gluten y fruta	3	Lechuga, pipas, col lombarda y zanahoria Sopa vegetal con pasta s/gluten Goulash de pavo Pan s/gluten y fruta	4	Lechuga, tomate, manzana y semillas Arroz con tomate Ventresca en salsa mery Pan s/gluten y fruta	5	Mezclum, olivas, calabaza y queso Crema de alubias eco Lomo asado con patata al romero Pan s/gluten, yogur y fruta
		9	Lechuga, zanahoria, col lombarda y vinagreta Espaguetis s/gluten con verduritas Buñuelos de bacalao Pan s/gluten y fruta	10	Lechuga, pipas, col lombarda y zanahoria Arroz caldoso Huevo revuelto con tomate Pan s/gluten y fruta	11	Lechuga, tomate, manzana y semillas Puré de legumbres eco Alitas de pollo a la miel Pan s/gluten y fruta	12	Mezclum, olivas, calabaza y queso Tomate natural con queso fresco artesano Fideuá s/gluten de secreto y vegetales Pan s/gluten y fruta
15	Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas Guiso de patata jardinera Filete de pescadilla rebozado natural (c/harina de maíz) Pan s/gluten y fruta	16	Lechuga, zanahoria, col lombarda y vinagreta Cocido valenciano Tortilla de patata y cebolla Pan s/gluten y fruta	17	Lechuga, pipas, col lombarda y zanahoria Crema de guisante y zanahoria Pollo asado con brócoli y zanahoria Pan s/gluten y fruta	18	Lechuga, tomate, manzana y semillas Caballa desmigada con tomate rallado y aceitunas Paella de rape Pan s/gluten y fruta	19	Mezclum, olivas, calabaza y queso Sopa navideña (s/gluten) Burger de pollo Pan s/gluten y postre navideño
22	<div><div><div>Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas Arroz con tomate Tortilla francesa Pan s/gluten y fruta</div><div><p>#INTURODS PROYECTO EDUCATIVO</p></div><div><p>ODS 3: promovemos la salud y bienestar con elaboraciones nutritivas y saludables</p><p>ODS 12: fomentamos la producción y consumo responsable con productos de temporada, de proximidad y recetas tradicionales actualizadas</p><p>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></div><div><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></div></div></div>								