

Menú noviembre 2024 - huevo y frutos secos

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria y remolacha Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá s/huevo de rape Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Crema de alubias eco Lomo con patata a lo pobre Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate y manzana Arroz caldoso Panini de atún Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave con pasta s/huevo Jamoncitos de pollo con manzana y puerro Pan integral y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria y remolacha Guiso de patata con magro de cerdo Merluza al horno con aceite de oliva Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Pollo asado en su jugo Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Arroz empedrado con tomate Pechuga asada Pan integral y leche	Lechuga, tomate y manzana Potaje de garbanzos eco Chuletas de pavo con salsa de verdura Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	19	20	21	22
Lechuga, zanahoria y remolacha Lentejas eco a la jardinera Pescado al horno Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Sopa de gallina con pasta s/huevo Albóndigas con tomate y patatitas Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate y manzana Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos s/huevo con sepia Pan integral y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria y remolacha Crema de guisantes y puerro Lomo asado con tiras de boniato Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones s/huevo napolitana Ventresca enharinada Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y leche	Lechuga, tomate y manzana Tomate y queso fresco artesano Arroz de secreto Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de pescado con fideo s/huevo Pescado fresco 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"



Menú noviembre 2024 - berenjena

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de rape Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Crema de alubias eco Lomo con patata a lo pobre Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Arroz caldoso Tortilla de queso y brécol Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave maravilla Jamoncitos de pollo con manzana y puerro Pan integral y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Guiso de patata con magro de cerdo Tortilla francesa Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Lasaña mixta Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Arroz empedrado con romescu Buñuelos de bacalao Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Potaje de garbanzos eco Chuletas de pavo con salsa de verdura Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	19	20	21	22
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco a la jardinera Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas con tomate y patatitas Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos con sepia Pan integral y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Crema de guisantes y puerro Burger vegetal con tiras de boniato Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones integrales napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Tomate y queso fresco artesano Arroz de secreto Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de pescado con fideo grueso Pescado fresco 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"



Menú noviembre 2024 - leguminosas

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Pasta con tomate Colas de bacalao natural enharinadas Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de rape Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Crema de verduras Lomo con patata a lo pobre Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Arroz caldoso Tortilla de queso y brécol Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave maravilla Jamoncitos de pollo con manzana y puerro Pan integral y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Guiso de patata con magro de cerdo Tortilla francesa Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Pollo asado en su jugo Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Arroz blanco con tomate Buñuelos de bacalao Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Pasta napolitana Lomo con salsa de verdura Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	19	20	21	22
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Pasta a la napolitana Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas con tomate y patatitas Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Crema de calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos con sepia Pan integral y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Crema de patata y puerro Burger vegetal con tiras de boniato Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Tomate y queso fresco artesano Arroz de secreto Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de pescado con fideo grueso Pescado fresco 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"



Menú noviembre 2024 - lactosa

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4	Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan integral y fruta	5	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de rape Pan integral y fruta	6	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Crema de alubias eco Lomo con patata a lo pobre Pan integral y postre vegetal	7	Lechuga, tomate, manzana y pipas Arroz caldoso Tortilla francesa Pan integral y fruta	8	Mix de lechuga, calabaza y olivas Sopa de ave maravilla Jamoncitos de pollo con manzana y puerro Pan integral y fruta
11	Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Guiso de patata con magro de cerdo Tortilla francesa Pan integral y fruta	12	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Jamoncitos en su jugo Pan integral y fruta	13	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Arroz empedrado con romescu Buñuelos de bacalao Pan integral y postre vegetal	14	Lechuga, tomate, manzana y pipas Potaje de garbanzos eco Lomo con salsa de verdura Pan integral y fruta	15	Mix de lechuga, calabaza y olivas Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco a la jardinera Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	19	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	20	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas con tomate y patatitas Pan integral y postre vegetal	21	Lechuga, tomate, manzana y pipas Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	22	Mix de lechuga, calabaza y olivas Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos con sepia Pan integral y fruta
25	Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Crema de guisantes y puerro Merluza enharinada con tiras de boniato Pan integral y fruta	26	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones integrales napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	27	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y postre vegetal	28	Lechuga, tomate, manzana y pipas Tomate y caballa Arroz de secreto Pan integral y fruta	29	Mix de lechuga, calabaza y olivas Sopa de pescado con fideo grueso Pescado fresco 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"



Menú noviembre 2024 - proteína de la vaca y soja

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>4</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con verduras de otoño</p> <p>Colas de bacalao natural con rebozado casero</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>5</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas</p> <p>Fideuá de rape</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>6</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de alubias eco</p> <p>Lomo con patata a lo pobre</p> <p>Pan integral y postre vegetal</p>	<p>7</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Arroz caldoso</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>8</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa de ave maravilla</p> <p>Jamonicitos de pollo con manzana y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>11</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Guiso de patata con magro de cerdo</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>12</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Jamonicitos en su jugo</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>13</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Arroz empedrado con romescu</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan integral y postre vegetal</p>	<p>14</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Potaje de garbanzos eco</p> <p>Lomo con salsa de verdura</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>15</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa de verduras con fideo eco</p> <p>Pescado fresco</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>18</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco a la jardinera</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>19</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con salsa de tomate casera</p> <p>Salmón en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>20</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Sopa de gallina con letras</p> <p>Albóndigas de ave con tomate y patatitas</p> <p>Pan integral y postre vegetal</p>	<p>21</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Crema de garbanzos eco con calabaza</p> <p>Alitas de pollo al ajillo</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>22</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Tomate natural con atún desmigado y aceitunas</p> <p>Rossejat de fideos con sepia</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>25</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Crema de guisantes y puerro</p> <p>Merluza enharinada con tiras de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>26</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Macarrones napolitana</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>27</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Patatas deluxe con salsa barbacoa casera</p> <p>Tombet de pollo</p> <p>Pan integral y postre vegetal</p>	<p>28</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate y caballa</p> <p>Arroz de secreto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>29</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa de pescado con fideo grueso</p> <p>Pescado fresco</p> <p>Pan integral y fruta</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"



Menú noviembre 2024 - rosáceas

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4	Lechuga, zanahoria y remolacha Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan integral y fruta	5	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de rape Pan integral y fruta	6	Lechuga, col lombarda y zanahoria Crema de alubias eco Lomo con patata a lo pobre Pan integral y yogur artesano	7	Lechuga, tomate y olivas Arroz caldoso Tortilla de queso y brécol Pan integral y fruta	8	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave maravilla Jamoncitos de pollo en su jugo Pan integral y fruta
11	Lechuga, zanahoria y remolacha Guiso de patata con magro de cerdo Tortilla francesa Pan integral y fruta	12	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Lasaña mixta Pan integral y fruta	13	Lechuga, col lombarda y zanahoria Arroz empedrado con tomate Buñuelos de bacalao Pan integral y leche	14	Lechuga, tomate y olivas Potaje de garbanzos eco Chuletas de pavo con salsa de verdura Pan integral y fruta	15	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	Lechuga, zanahoria y remolacha Lentejas eco a la jardinera Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	19	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	20	Lechuga, col lombarda y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas con tomate y patatitas Pan integral y yogur artesano	21	Lechuga, tomate y olivas Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	22	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos con sepia Pan integral y fruta
25	Lechuga, zanahoria y remolacha Crema de guisantes y puerro Merluza enharinada con tiras de boniato Pan integral y fruta	26	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones integrales napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	27	Lechuga, col lombarda y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y leche	28	Lechuga, tomate y olivas Tomate y queso fresco artesano Arroz de secreto Pan integral y fruta	29	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de pescado con fideo grueso Pescado fresco 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"



Menú noviembre 2024 - gluten, marisco y anisakis

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Pasta s/gluten con tomate Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan s/gluten y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá s/gluten de verduras Pan s/gluten y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Crema de alubias eco Lomo con patata a lo pobre Pan s/gluten y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Arroz caldoso Tortilla de queso y brécol Pan s/gluten y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave con fideo s/gluten Jamoncitos de pollo con manzana y puerro Pan s/gluten y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Guiso de patata con magro de cerdo Tortilla de queso Pan s/gluten y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Jamoncitos en su jugo Pan s/gluten y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Arroz empedrado con romesco Buñuelos de bacalao Pan s/gluten y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Potaje de garbanzos eco Lomo con salsa de verdura Pan s/gluten y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo s/gluten Pescado congelado al horno Pan s/gluten y fruta
18	19	20	21	22
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Crema de calabacín Tortilla de patata y cebolla Pan s/gluten y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan s/gluten y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Sopa de gallina con pasta s/gluten Albóndigas con tomate y patatitas Pan s/gluten y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan s/gluten y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos s/gluten con verduras Pan s/gluten y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Crema de guisantes y puerro Merluza enharinada con tiras de boniato Pan s/gluten y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones s/gluten napolitana Tortilla francesa Pan s/gluten y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan s/gluten y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Tomate y queso fresco artesano Arroz de secreto Pan s/gluten y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verdura con fideo s/gluten Pescado congelado al horno Pan s/gluten 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"



Menú noviembre 2024 - gluten y proteína de la vaca

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Pasta s/gluten con tomate</p> <p>Colas de bacalao natural con rebozado casero</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	5	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas</p> <p>Fideuá s/gluten de rape</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	6	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de alubias eco</p> <p>Lomo con patata a lo pobre</p> <p>Pan s/gluten y postre vegetal</p>	7	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Arroz caldoso</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	8	<p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa de ave con fideo s/gluten</p> <p>Jamoncitos de pollo con manzana y puerro</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>
11	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Guiso de patata con magro de cerdo</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	12	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Jamoncitos en su jugo</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	13	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Arroz empedrado con romesco</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan s/gluten y postre vegetal</p>	14	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Potaje de garbanzos eco</p> <p>Lomo con salsa de verdura</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	15	<p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa de verduras con fideo s/gluten</p> <p>Pescado fresco</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>
18	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	19	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con salsa de tomate casera</p> <p>Salmón en salsa mery</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	20	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Sopa de gallina con pasta s/gluten</p> <p>Pechuga con tomate y patatitas</p> <p>Pan s/gluten y postre vegetal</p>	21	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Crema de garbanzos eco con calabaza</p> <p>Alitas de pollo al ajillo</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	22	<p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Tomate natural con atún desmigado y aceitunas</p> <p>Rossejat de fideos s/gluten con sepia</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>
25	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Crema de guisantes y puerro</p> <p>Merluza enharinada con tiras de boniato</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	26	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Macarrones s/gluten napolitana</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	27	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Patatas deluxe con salsa barbacoa casera</p> <p>Tombet de pollo</p> <p>Pan s/gluten y postre vegetal</p>	28	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate y caballa</p> <p>Arroz de secreto</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	29	<p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa de pescado con fideo s/gluten</p> <p>Pescado fresco</p> <p>Pan s/gluten y fruta</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"



Menú noviembre 2024 - frutos secos

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria y remolacha Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de rape Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Crema de alubias eco Lomo con patata a lo pobre Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate y manzana Arroz caldoso Tortilla de queso y brécol Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave maravilla Jamoncitos de pollo con manzana y puerro Pan integral y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria y remolacha Guiso de patata con magro de cerdo Tortilla francesa Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Lasaña mixta Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Arroz empedrado con tomate Buñuelos de bacalao Pan integral y leche	Lechuga, tomate y manzana Potaje de garbanzos eco Chuletas de pavo con salsa de verdura Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	19	20	21	22
Lechuga, zanahoria y remolacha Lentejas eco a la jardinera Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas con tomate y patatitas Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate y manzana Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos con sepia Pan integral y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria y remolacha Crema de guisantes y puerro Merluza enharinada con tiras de boniato Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones integrales napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y leche	Lechuga, tomate y manzana Tomate y queso fresco artesano Arroz de secreto Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de pescado con fideo grueso Pescado fresco 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"



Menú noviembre 2024 - carne

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>4</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con verduras de otoño</p> <p>Colas de bacalao natural con rebozado casero</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>5</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas</p> <p>Fideuá de rape</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>6</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de alubias eco</p> <p>Pescado con patata a lo pobre</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	<p>7</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Arroz caldoso de verdura</p> <p>Tortilla de queso y brécol</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>8</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa de vegetales maravilla</p> <p>Nuggets vegetales</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>11</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Guiso de patata con hortalizas</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>12</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Lasaña de verdura</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>13</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Arroz empedrado con romescu</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan integral y leche</p>	<p>14</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Potaje de garbanzos eco</p> <p>Panini de tomate y atún</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>15</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa de verduras con fideo eco</p> <p>Pescado fresco</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>18</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco a la jardinera</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>19</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con salsa de tomate casera</p> <p>Salmón en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>20</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Sopa de gallina con letras</p> <p>Merluza con tomate y patatitas</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	<p>21</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Crema de garbanzos eco con calabaza</p> <p>Pescado al horno con aceite de oliva</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>22</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Tomate natural con atún desmigado y aceitunas</p> <p>Rossejat de fideos con sepia</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>25</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Crema de guisantes y puerro</p> <p>Burger vegetal con tiras de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>26</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Macarrones integrales napolitana</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>27</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Patatas deluxe con salsa barbacoa casera</p> <p>Ventresca enharinada</p> <p>Pan integral y leche</p>	<p>28</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate y queso fresco artesano</p> <p>Arroz de verduras al horno</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>29</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa de pescado con fideo grueso</p> <p>Pescado fresco</p> <p>Pan integral y fruta</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"



Menú noviembre 2024 - marisco

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de verduras Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Crema de alubias eco Lomo con patata a lo pobre Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Arroz caldoso Tortilla de queso y brécol Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave maravilla Jamoncitos de pollo con manzana y puerro Pan integral y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Guiso de patata con magro de cerdo Tortilla francesa Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Lasaña mixta Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Arroz empedrado con romescu Buñuelos de bacalao Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Potaje de garbanzos eco Chuletas de pavo con salsa de verdura Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	19	20	21	22
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco a la jardinera Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas con tomate y patatitas Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Fideuá de verduras Pan integral y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Crema de guisantes y puerro Burger vegetal con tiras de boniato Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones integrales napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Tomate y queso fresco artesano Arroz de secreto Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verdura con fideo grueso Pescado fresco 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"



Menú noviembre 2024 - cerdo

casaintur
SALUDABLES DESDE 1993

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco con verduras de otoño Colas de bacalao natural con rebozado casero Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Caballa desmigada, tomate rallado y aceitunas Fideuá de rape Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Crema de alubias eco Pescado con patata a lo pobre Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Arroz caldoso de verdura Tortilla de queso y brécol Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de ave maravilla Jamoncitos de pollo con manzana y puerro Pan integral y fruta
11	12	13	14	15
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Guiso de patata con hortalizas Tortilla francesa Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Crema de verduras de temporada Lasaña de verdura Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Arroz empedrado con romescu Buñuelos de bacalao Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Potaje de garbanzos eco Chuletas de pavo con salsa de verdura Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de verduras con fideo eco Pescado fresco Pan integral y fruta
18	19	20	21	22
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Lentejas eco a la jardinera Tortilla de patata y cebolla Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Arroz con salsa de tomate casera Salmón en salsa mery Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Sopa de gallina con letras Albóndigas de ave con tomate y patatitas Pan integral y yogur artesano	Lechuga, tomate, manzana y pipas Crema de garbanzos eco con calabaza Alitas de pollo al ajillo Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Tomate natural con atún desmigado y aceitunas Rossejat de fideos con sepia Pan integral y fruta
25	26	27	28	29
Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas Crema de guisantes y puerro Burger vegetal con tiras de boniato Pan integral y fruta	Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta Macarrones integrales napolitana Tortilla francesa Pan integral y fruta	Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria Patatas deluxe con salsa barbacoa casera Tombet de pollo Pan integral y leche	Lechuga, tomate, manzana y pipas Tomate y queso fresco artesano Arroz de verduras al horno Pan integral y fruta	Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso Sopa de pescado con fideo grueso Pescado fresco 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"

