

Menú diciembre 2024 - gluten, marisco y anisakis

casaintur
SALUDABLES DESDE 1892

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		
2	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Pasta s/gluten con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	3	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	4	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Lomo asado con patata panadera</p> <p>Pan s/gluten y yogur artesano</p>	5	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Fajita de maíz con atún y tomate</p> <p>Fideuà s/gluten de verduras</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>			
9	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Espaguetis s/gluten con pisto</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	10	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con carne</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	11	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de hortalizas</p> <p>Pan s/gluten y leche</p>	12	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Sopa de verduras con pasta s/gluten</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	13	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado congelado al horno y chips de boniato</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	
16	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Pan pizza s/gluten de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	17	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta s/gluten napolitana con queso</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	18	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	19	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	20	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa navideña s/gluten</p> <p>Pan s/gluten con burger de pollo y chips de patata</p> <p>Pan s/gluten y postre casero</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 diciembre 2024 - proteína de la vaca y soja

casaintur
SALUDABLES DESDE 1892

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Lentejas eco con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>3</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>4</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Lomo asado con patata panadera</p> <p>Pan integral y postre vegetal (no soja)</p>	<p>5</p> <p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Fajita de tomate y atún</p> <p><i>Fideuà</i> marinera</p> <p>Pan integral y fruta</p>	
<p>9</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Espaguetis con pisto</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>10</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con carne</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>11</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y postre vegetal (no soja)</p>	<p>12</p> <p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>13</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>16</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Lentejas eco con calabaza</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>17</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta napolitana</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>18</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>19</p> <p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Tomate rallado y atún desmigado</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>20</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa navideña</p> <p>Pollo asado con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</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 diciembre 2024 - leguminosas

casaintur
SALUDABLES DESDE 1892

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		
2	<p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Pasta con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	3	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	4	<p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Lomo asado con patata panadera</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	5	<p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Fajita de tomate y atún</p> <p><i>Fideuà</i> marinera</p> <p>Pan integral y fruta</p>			
9	<p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Espaguetis con pisto</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan integral y fruta</p>	10	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Guiso de patata jardinera</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	11	<p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y leche</p>	12	<p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	13	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>	
16	<p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	17	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta napolitana con queso</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	18	<p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Crema de hortalizas</p> <p>Tempura de merluza y pisto (s/garbanzo)</p> <p>Pan integral y fruta</p>	19	<p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Pan integral y fruta</p>	20	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa navideña</p> <p>Inturburger de pollo con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</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 diciembre 2024 - gluten y proteína de la vaca

casaintur
SALUDABLES DESDE 1898

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Pasta s/gluten con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>3</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>4</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Lomo asado con patata panadera</p> <p>Pan s/gluten y postre vegetal</p>	<p>5</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Fajita de maíz con atún y tomate</p> <p>Fideuà s/gluten marinera</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	
<p>9</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Espaguetis s/gluten con pisto</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>10</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con carne</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>11</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan s/gluten y postre vegetal</p>	<p>12</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Sopa de verduras con pasta s/gluten</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>13</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>
<p>16</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Pan pizza s/gluten de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>17</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta s/gluten napolitana</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>18</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>19</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate rallado y aguacate</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Pan s/gluten y fruta</p>	<p>20</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa navideña s/gluten</p> <p>Pollo asado con chips de patata</p> <p>Pan s/gluten y postre casero</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 diciembre 2024 - carne

casaintur
SALUDABLES DESDE 1997

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	3	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	4	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Nuggets vegetales con patata panadera</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	5	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Burrito vegetal</p> <p>Fideuà marinera</p> <p>Pan integral y fruta</p>		
9	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Espaguetis integrales con pisto</p> <p>Croquetas de espinacas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	10	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con verdura</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	11	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y leche</p>	12	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Merluza con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	13	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>
16	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con calabaza</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	17	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta integral napolitana con queso</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	18	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	19	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Pan integral y fruta</p>	20	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa de hortalizas</p> <p>Inturburger vegetal con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</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 colegada nº CV00639 | Descárgate mensualmente los menús en www.inturcolectividades.com o en nuestra APP "Intur APP"



Menú diciembre 2024 - cerdo

casaintur
SALUDABLES DESDE 1888

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		
2	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	3	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	4	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Chuletas de pavo con patata panadera</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	5	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Burrito vegetal</p> <p>Fideuà marinera</p> <p>Pan integral y fruta</p>			
9	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Espaguetis integrales con pisto</p> <p>Croquetas de espinacas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	10	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con verdura</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	11	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y leche</p>	12	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	13	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>	
16	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con calabaza</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	17	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta integral napolitana con queso</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	18	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	19	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Pan integral y fruta</p>	20	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa de hortalizas</p> <p>Inturburger de pollo con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</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 diciembre 2024 - frutos secos

casaintur
SALUDABLES DESDE 1892

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Lentejas eco con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>3</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>4</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Lomo asado con patata panadera</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	<p>5</p> <p>Lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Fajita de tomate y atún</p> <p><i>Fideuà</i> marinera</p> <p>Pan integral y fruta</p>	
<p>9</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Espaguetis integrales con pisto</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>10</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con carne</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>11</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y leche</p>	<p>12</p> <p>Lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>13</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>16</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Lentejas eco con calabaza</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>17</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta integral napolitana con queso</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>18</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>19</p> <p>Lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>20</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa navideña</p> <p>Inturburger de pollo con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</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 diciembre 2024 - marisco

casaintur
SALUDABLES DESDE 1888

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES			
2	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	3	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	4	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Lomo asado con patata panadera</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	5	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Burrito vegetal</p> <p><i>Fideuà</i> de verduras</p> <p>Pan integral y fruta</p>				
9	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Espaguetis integrales con pisto</p> <p>Croquetas de espinacas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	10	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con carne</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	11	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de hortalizas</p> <p>Pan integral y leche</p>	12	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	13	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>		
16	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con calabaza</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	17	<p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta integral napolitana con queso</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	18	<p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	19	<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Pan integral y fruta</p>	20	<p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa navideña</p> <p>Inturburger de pollo con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</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 diciembre 2024 - lactosa

casaintur
SALUDABLES DESDE 1888

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>3</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>4</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Lomo asado con patata panadera</p> <p>Pan integral y postre vegetal</p>	<p>5</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Burrito vegetal</p> <p>Fideuà marinera</p> <p>Pan integral y fruta</p>	
<p>9</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Espaguetis integrales con pisto</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>10</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con carne</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>11</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y postre vegetal</p>	<p>12</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>13</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>16</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha y pipas</p> <p>Lentejas eco con calabaza</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>17</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta integral napolitana</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>18</p> <p>Lechuga, col lombarda, pipas y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>19</p> <p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Tomate rallado y atún desmigado</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>20</p> <p>Mix de lechuga, calabaza y olivas</p> <p>Sopa navideña</p> <p>Pollo asado con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</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 diciembre 2024 - frutos secos

casaintur
SALUDABLES DESDE 1892

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Lentejas eco con verduras de invierno</p> <p>Tortilla de boniato y puerro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>3</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>4</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Lomo asado con patata panadera</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>	<p>5</p> <p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Fajita de tomate y atún</p> <p><i>Fideuà</i> marinera</p> <p>Pan integral y fruta</p>	
<p>9</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Espaguetis integrales con pisto</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>10</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Cocido de garbanzos con carne</p> <p>Tortilla de patata y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>11</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada con aceitunas y tomate</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y leche</p>	<p>12</p> <p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>13</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pescado fresco con chips de boniato</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>16</p> <p>Lechuga, zanahoria y remolacha</p> <p>Lentejas eco con calabaza</p> <p>Pan pizza de atún, tomate y aceitunas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>17</p> <p>Mix de lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta</p> <p>Pasta integral napolitana con queso</p> <p>Tortilla de calabaza</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>18</p> <p>Lechuga, col lombarda y zanahoria</p> <p>Crema castellana</p> <p>Tempura de merluza y pisto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>19</p> <p>Lechuga, tomate y manzana</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>20</p> <p>Mix de lechuga, calabaza, olivas y queso</p> <p>Sopa navideña</p> <p>Inturburger de pollo con chips de patata</p> <p>Pan integral y postre casero</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"





* Aportamos el valor nutricional de todas las elaboraciones.
Cumpliendo con el Reglamento 1169/2011, la empresa tiene a su disposición los alérgenos que contiene cada plato. Pueden solicitarlo en colectividades@intur.com | Descárgate mensualmente los menús en www.casaintur.com o en nuestra APP "Intur APP"

No cocinamos con potenciadores del sabor ni colorantes artificiales. Incluimos lácteos de proximidad con reducción de azúcar frente a ediciones anteriores. Nuestro menú incluye vegetales frescos y frutas de temporada.

Menú recomendado y validado nutricionalmente por la dietista - nutricionista colegiada nº CV00639



LUNES

2
Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Potaje de lentejas eco con chirivía [1] [6]
Tortilla de boniato y puerro [3]
Pan integral y fruta [1]

MARTES

3
Lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta
Arroz con salsa de tomate [6]
Ventresca con salsa mery [4] [6]
Pan integral y fruta [1]

MIÉRCOLES

4
Lechuga, pipas, zanahoria y col lombarda [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Crema de garrofón [6]
Lomo asado con patata panadera [6]
Pan integral, fruta y yogur artesano [1] [2]

JUEVES

5
Lechuga, manzana, tomate y pipas [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Burrito vegetal [1] [2] [6] [7] [12] [14]
"Fideuà" marinera [1] [3] [4] [5] [6] [10] [12] [13]
Fruta

VIERNES

6

9
Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Espaguetis integrales con pisto [1] [3] [6] [10] [12]
Croqueta de espinacas [1] [2] [10] [12]
Pan integral y fruta [1]

10
Lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta
Cocido con garbanzo eco [6]
Tortilla de patata y cebolla [3] [6]
Pan integral y fruta [1]

11
Lechuga, pipas, zanahoria y col lombarda [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Caballa desmigada, tomate natural y rodajas de aceituna [4]
Arroz con rape [4] [5] [6] [13]
Pan integral, fruta y leche [1] [2]

12
Lechuga, manzana, tomate y pipas [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Sopa vegetal con estrellitas [1] [3] [6] [9] [12]
Pechuga de pollo con tomate y cebolla tierna [6]
Pan integral y fruta [1]

13
Mezclum, olivas, calabaza y queso [2]
Crema de alubia roja eco con calabaza [6]
Pescado fresco [4]
Chips de boniato
Pan integral y fruta [1]

16
Lechuga, zanahoria, remolacha y semillas [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Lentejas eco con calabaza [1] [6]
Pan pizza de atún, tomate y aceitunas [1] [4]
Fruta

17
Lechuga, col lombarda, zanahoria y vinagreta
Pasta integral napolitana con queso [1] [2] [3] [6] [10] [12]
Tortilla de calabaza [3] [6]
Pan integral y fruta [1]

18
Lechuga, pipas, zanahoria y col lombarda [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Crema castellana con legumbre eco [6]
Merluza en tempura [4]
Pisto [6]
Pan integral y muñeco "plátanevado" [1]

19
Lechuga, manzana, tomate y pipas [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Tomate rallado y queso fresco artesano [2]
Paella valenciana [6]
Pan integral y fruta [1]

20
Mezclum, olivas, calabaza y queso [2]
Sopa navideña con picadillo [1] [3] [6]
Inturburger de pollo [1] [2] [3] [4] [6] [7] [12] [14]
Patatas chips
Coca dulce de chocolate [1] [2] [3]

VALORACIÓN NUTRICIONAL

Energía - 2760 Kj / 660 Kcal
LIP - 21.7 g
AGS - 4.8 g
HC - 84.0 g
Azúcar - 21.8 g
Proteínas - 26.8 g
Sal - 2.1 g

Energía - 2710 Kj / 648 Kcal
LIP - 23.8 g
AGS - 4.2 g
HC - 79.4 g
Azúcar - 22.4 g
Proteínas - 27.2 g
Sal - 1.9 g

Energía - 3039 Kj / 727 Kcal
LIP - 28.9 g
AGS - 6.8 g
HC - 84.7 g
Azúcar - 23.4 g
Proteínas - 31.8 g
Sal - 2.6 g

Energía - /
LIP -
AGS -
HC -
Azúcar -
Proteínas -
Sal -



[1] Gluten



[2] Lácteos



[3] Huevo



[4] Pescado



[5] Moluscos



[6] SO₂, sulfitos



[7] Sésamo



[8] Cacahuets



[9] Altramuces



[10] Mostaza



[11] Apio



[12] Soja



[13] Crustáceos



[14] F. de cáscara

PRACTICUM de GRAU curs 2024-2025

Dades del Centre

Codi: **46030564** Nom: **ELS GERMANELLS**
Localitat: **46138 – Rafelbunyol** Telèfon: **963189995**

Relació de l'alumnat enviat al centre per titulació

Titulació: **Grau de Mestre/a en Educació Infantil** Curs: **1**
Període de Pràctiques: **Del 20 al 31 de gener de 2025** Grup: **35**
Plaça: **AAA022859**
Tutora: **Monsalve Lorente, Laura** Email: **Laura.Monsalve@uv.es**

Dades de l'alumnat en pràctiques

<u>Cognoms i nom</u>	<u>NIF</u>	<u>mòbil</u>	<u>email</u>
MICU, JACQUELINE	Y0441397H	642229759	jacmi@alumni.uv.es