

Menú septiembre 2026 - ALICANTE- lactosa

casaintur
SALUDABLES DESDE 1900

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9	10	11
		Brotes, lechuga, tomate y manzana Espaguetis integrales napolitana Buñuelos de bacalao Pan integral y fruta	Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de judías verdes Pollo asado con tomate y calabacín Pan integral y fruta	<i>Lechuga, tomate (s/queso) y semillas</i> <i>Atún desmigado</i> Arroz del senyoret Pan integral y fruta
14	15	16	17	18
Ensalada de verano Merluza en tempura con pisto casero Pan integral y fruta	Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Arroz con tomate <i>Tortilla francesa</i> Pan integral y fruta	Brotes, lechuga, tomate y manzana Alubias de colores Pollo asado con piña Pan integral y fruta	Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de calabacín <i>Pasta con tomate y atún</i> Pan integral y fruta	<i>Lechuga, tomate (s/queso) y semillas</i> Sopa de verduras con fideo integral Albóndigas con tomate Pan integral y yogur vegetal
21	22	23	24	25
Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Lentejas eco con verduras de verano Tortilla francesa Pan integral y fruta	<i>Ensalada griega (s/queso)</i> Espaguetis con boloñesa vegetal Pan integral y fruta	Brotes, lechuga, tomate y manzana Sopa de lluvia <i>Pollo con kétchup casero</i> Pan integral y fruta	Lechuga, tomate, remolacha y olivas Caballa desmigada, tomate y olivas Arroz en costra Pan integral y fruta	<i>Lechuga, tomate (s/queso) y semillas</i> Crema estival de verduras Filete de merluza rebozado natural y patatas a lo pobre Pan integral y yogur vegetal
28	29	30		
<i>Ensalada de pasta integral (s/queso)</i> Huevo roto con patatas Pan integral y fruta	Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Atún desmigado, tomate y olivas Arroz con garbanzo, tomate y patata Pan integral y fruta	Brotes, lechuga, tomate y manzana <i>Hervido (s/lactonesa)</i> Jamoncitos de pollo al ajillo 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"