


LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES					
<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> <p>Cumpliendo con el Reglamento 1169/2011, la empresa tiene a su disposición los alérgenos que contiene cada plato. Pueden solicitarlo en <a href="mailto:colectividades@intur.com">colectividades@intur.com</a>   Menú recomendado y validado nutricionalmente por la dietista - nutricionista colegiada nº CV00639   Descárgate mensualmente los menús en <a href="http://www.inturcolectividades.com">www.inturcolectividades.com</a> o en nuestra APP "Intur APP"</p>						   		 <p>#INTURODS PROYECTO EDUCATIVO</p>		2	DE LA TERRETA	3	
						<p>Mezclum, fresas y zanahoria</p> <p>Caballa desmigada, tomate natural y rodajas de aceitunas</p> <p>Arroz con rape</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Lechuga, tomate, pepino y aceitunas</p> <p>Crema de lenteja roja</p> <p>Fogonero en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>					
6		7	DÍA INCLUSIVO	8	ELIGE TU HERVIDO	9		10					
<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Lentejas estofadas con brunoise de <b>coliflor</b></p> <p>Tortilla española</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Lechuga, tomate, pepino y aceitunas</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Lasaña veggie</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Mezclum, fresas y zanahoria</p> <p>Hervido</p> <p>Burger vegetal</p> <p>Pan integral y leche</p>		<p>Lechuga, tomate, pasas y pepino</p> <p>Tomate natural, aceite de oliva y queso fresco artesano</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Ensalada de pasta eco</p> <p>Salmón en tempura</p> <p>Pan integral y fruta</p>					
13		14		15		16		17					
<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Guiso de patata con salsa verde</p> <p>Colas de bacalao rebozado natural</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Dados de aguacate y tomate</p> <p>Fideos a la hortelana</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Lechuga, tomate, pepino y aceitunas</p> <p>Arroz a la jardinera</p> <p>Tortilla a la francesa con garbanzos al pimentón crujiente</p> <p>Pan integral y yogur artesano</p>		<p>Lechuga, tomate, pasas y pepino</p> <p>Crema de guisante y <b>zanahoria</b></p> <p>Merluza con pisto</p> <p>Fruta</p>		<p>Mezclum, fresas y zanahoria</p> <p>Potaje de garbanzos eco con <b>acelgas</b></p> <p>Picadillo de atún, tomate, olivas y huevo duro</p> <p>Fajita y fruta</p>					
20		21		22		23		24					
<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Pasta integral al pesto rosso</p> <p>Ventresca en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Lechuga, tomate, pepino y aceitunas</p> <p>Lentejas eco de la huerta</p> <p>Tortilla de queso</p> <p>Pan integral y taller pizza multicolor</p>		<p>Mezclum, fresas y zanahoria</p> <p>Sopa de verduras con estrellitas</p> <p>Abadejo con tomate</p> <p>Pan integral y leche</p>		<p>Ensalada de arroz tres delicias</p> <p>Huevo cocido con atún</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Lechuga, tomate, pasas y pepino</p> <p>Crema de verduras con brócoli</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Pan integral y fruta</p>					
27		28		29		30		31					
<p>Lechuga, tomate, manzana y pipas</p> <p>Crema de garrofón con <b>cebolla tierna</b></p> <p>Burger de coliflor y queso con cuscús</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Lechuga, tomate, pepino y aceitunas</p> <p>Guiso de patata con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín blanco</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Ensalada de garbanzos eco</p> <p>Merluza enharinada</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Lechuga, tomate, pasas y pepino</p> <p>Tomate natural, aceite de oliva y queso fresco artesano</p> <p>Rossejat de fideos con sepia</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>Mezclum, tomate y queso</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Nuggets vegetales con bravas</p> <p>Pan integral y helado</p>					