

MENÚ



* Oferim el valor nutricional de totes les elaboracions, complint el Reglament 1169/2011, l'empresa té a la seua disposició els al·lèrgens que conté cada plat. Poden sol·licitar-ho a colectividades@intur.com | Descarrega't mensualment els menús a www.casaintur.com o en la nostra APP "Intur APP"

No cuinem amb potenciadors del sabor ni colorants artificials. Incloem lactis de proximitat amb reducció de sucre enfront d'edicions anteriors. El nostre menú inclou vegetals i fruites frescos de temporada.

Menú recomanat i validat nutricionalment per la dietista - nutricionista col·legiada núm. CV00639.



DESEMBRE 2024

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	VALORACIÓ NUTRICIONAL
<p>2</p> <p>Encisam, carlota, remolatxa i llavors de gira-sol [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>Potatge de llentilles eco amb xirivia [1] [6]</p> <p>Truita de boniato i porro [3]</p> <p>Pa integral i fruita [1]</p>	<p>3</p> <p>Encisam, col llombarda, carlota i vinagreta</p> <p>Arròs amb salsa de tomata [6]</p> <p>Lluç amb salsa mery [4] [6]</p> <p>Pa integral i fruita [1]</p>	<p>4</p> <p>Encisam, pipes, carlota i col llombarda [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>Crema de garrofó [6]</p> <p>Llomello rostit amb creïlles [6]</p> <p>Pa integral, fruita i iogurt artesà [1] [2]</p>	<p>5</p> <p>Encisam, tomata, poma i llavors [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>"Burrito" vegetal [1] [2] [6] [7] [12] [14]</p> <p>Fideuà marinera [1] [3] [4] [5] [6] [10] [12] [13]</p> <p>Fruita</p>		<p>Energia - 2760 Kj / 660 Kcal</p> <p>LIP - 21.7 g</p> <p>AGS - 4.8 g</p> <p>HC - 84.0 g</p> <p>Sucres - 21.8 g</p> <p>Proteïnes - 26.8 g</p> <p>Sal - 2.1 g</p>
<p>9</p> <p>Encisam, carlota, remolatxa i llavors de gira-sol [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>Espaguetis integrals amb pisto [1] [3] [6] [10] [12]</p> <p>Croquetes d'espinaç [1] [2] [10] [12]</p> <p>Pa integral i fruita [1]</p>	<p>10</p> <p>Encisam, col llombarda, carlota i vinagreta</p> <p>Bullit amb cigró eco [6]</p> <p>Truita de creïlla i ceba [3] [6]</p> <p>Pa integral i fruita [1]</p>	<p>11</p> <p>Encisam, pipes, carlota i col llombarda [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>Verat desmigat, tomata natural i rodanxes d'oliva [4]</p> <p>Arròs amb rap [4] [5] [6] [13]</p> <p>Pa integral, fruita i llet [1] [2]</p>	<p>12</p> <p>Encisam, tomata, poma i llavors [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>Sopa vegetal amb estrelletes [1] [3] [6] [9] [12]</p> <p>Pit de pollastre amb tomata i ceba tendra [6]</p> <p>Pa integral i fruita [1]</p>	<p>13</p> <p>Mezclum, olives, carabassa i formatge [2]</p> <p>Crema de fesol roig eco amb carabassa [6]</p> <p>Peix fresc [4]</p> <p>Xips de boniato</p> <p>Pa integral i fruita [1]</p>	<p>Energia - 2710 Kj / 648 Kcal</p> <p>LIP - 23.8 g</p> <p>AGS - 4.2 g</p> <p>HC - 79.4 g</p> <p>Sucres - 22.4 g</p> <p>Proteïnes - 27.2 g</p> <p>Sal - 1.9 g</p>
<p>16</p> <p>Encisam, carlota, remolatxa i llavors de gira-sol [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>Llentilles eco amb carabassa [1] [6]</p> <p>Pan pizza de tonyina, tomata i olives [1] [4]</p> <p>Fruita</p>	<p>17</p> <p>Encisam, col llombarda, carlota i vinagreta</p> <p>Pasta integral napolitana amb formatge [1] [2] [3] [6] [10] [12]</p> <p>Truita de carabassa [3] [6]</p> <p>Pa integral i fruita [1]</p>	<p>18</p> <p>Encisam, pipes, carlota i col llombarda [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>Crema castellana amb llegum eco [6]</p> <p>Lluç amb "tempura" [4]</p> <p>Pisto [6]</p> <p>Pa integral i ninot "plàntanevat" [1]</p>	<p>19</p> <p>Encisam, tomata, poma i llavors [6] [7] [8] [9] [12] [14]</p> <p>Tomata ratllada i formatge fresc artesà [2]</p> <p>Paella valenciana [6]</p> <p>Pa integral i fruita [1]</p>	<p>20</p> <p>Mezclum, olives, carabassa i formatge [2]</p> <p>Sopa nadalenca amb picada [1] [3] [6]</p> <p>Inturburger de pollastre [1] [2] [3] [4] [6] [7] [12] [14]</p> <p>Xips de creïlla</p> <p>Coca dolça de xocolata [1] [2] [3]</p>	<p>Energia - 3039 Kj / 727 Kcal</p> <p>LIP - 28.9 g</p> <p>AGS - 6.8 g</p> <p>HC - 84.7 g</p> <p>Sucres - 23.4 g</p> <p>Proteïnes - 31.8 g</p> <p>Sal - 2.6 g</p>
					<p>Energia - /</p> <p>LIP -</p> <p>AGS -</p> <p>HC -</p> <p>Sucres -</p> <p>Proteïnes -</p> <p>Sal -</p>



[1] Gluten



[2] Lactis



[3] Ou



[4] Peix



[5] Mol·luscs



[6] SO2, sulfits



[7] Sèsam



[8] Cacaüets



[9] Tramussos



[10] Mostassa



[11] Api



[12] Soia



[13] Crustacis



[14] Fruits de closca