

# Menú septiembre 2024 - cerdo

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
9	<p>Lechuga, tomate, aceitunas y pepino</p> <p>Macarrones integrales con atún</p> <p>Burger veggie</p> <p>Pan integral y fruta</p>	10	<p>Lechuga, pepino, tomate y zanahoria</p> <p>Lentejas eco con verduras de verano</p> <p>Merluza en tempura de garbanzo</p> <p>Pan integral y fruta</p>	11	<p>Lechuga, tomate, remolacha y olivas</p> <p>Sopa vegetal con estrellitas</p> <p>Pollo asado en su jugo</p> <p>Pan integral y lácteo</p>	12	<b>DE LA TERRETA</b>	13	<p>Lechuga, tomate, queso y semillas</p> <p>Crema de garrofón</p> <p>Filete de gallineta con patata panadera</p> <p>Pan integral y fruta</p>
16	<b>Día de la capa de ozono</b>	17	<p>Lechuga, pepino, tomate y zanahoria</p> <p>Garbanzos con verduritas</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Pan integral y fruta</p>	18	<b>CASTELLÓ</b>	19	<p>Brotes, lechuga, tomate y manzana</p> <p>Crema de alubia roja y calabaza</p> <p>Pechuga de pollo con tomate y cebolla</p> <p>Pan integral y fruta</p>	20	<p>Lechuga, tomate, queso y semillas</p> <p>Arroz horneado con verduras</p> <p>Abadejo a la vizcaína</p> <p>Pan integral y fruta</p>
23	<p>Lechuga, tomate, aceitunas y pepino</p> <p>Lentejas eco <b>con calabaza</b></p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan integral y fruta</p>	24	<p>Lechuga, pepino, tomate y zanahoria</p> <p>Espaguetis integrales al queso</p> <p>Ventresca con salsa de perejil y ajo</p> <p>Pan integral y fruta</p>	25	<b>RECETAS TRADICIONALES</b>	26	<p>Brotes, lechuga, tomate y manzana</p> <p>Caballa desmigada, tomate y aceitunas</p> <p>Arroz de rape</p> <p>Pan integral y fruta</p>	27	<p>Ensalada de verano</p> <p>Pollo asado a la piña</p> <p>Pan integral y fruta</p>
30	<p>Lechuga, tomate, aceitunas y pepino</p> <p>Hervido valenciano con lactonesa casera</p> <p>Tempura de gallineta</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<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>							

