

Menú marzo 2025 - frutos secos y rosáceas

casaintur
Restaurante desde 1991

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>Mix de lechuga, aceitunas y zanahoria</p> <p>Espaguetis integrales con tomate</p> <p>Tortilla de calabaza y cebolla</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>4</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas</p> <p>Crema de guisante y puerro</p> <p>Pollo al limón</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>5</p> <p>Lechuga, piña, zanahoria y maíz</p> <p>Sopa de pescado con fideo eco</p> <p>Ventresca al gratén</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>6</p> <p>Mezclum, aceitunas y zanahoria</p> <p>Tomate rallado y queso fresco artesano</p> <p>Arroz de secreto</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>7</p> <p>Lechuga, tomate y queso</p> <p>Potaje de garbanzo eco con espinacas</p> <p>Pechuga de pollo con fritada</p> <p>Pan integral, leche y fruta</p>
<p>10</p> <p>Mix de lechuga, aceitunas y zanahoria</p> <p>Crema de hortalizas y coliflor</p> <p>Fish and patata</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>11</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas</p> <p>Dados de queso fresco y mermelada de tomate</p> <p>Fideuà de pollo y alcachofas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>12</p> <p>Lechuga, piña, zanahoria y maíz</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Cocido de garbanzo eco con pelota</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>13</p> <p>Mezclum, aceitunas y zanahoria</p> <p>Arroz de puchero</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>14</p> <p>Lechuga, tomate y queso</p> <p>Lentejas eco con puerro y acelga</p> <p>Pan pizza de caballa y tomate</p> <p>Fruta y yogur artesano</p>
<p>17</p> <p>Mix de lechuga, aceitunas y zanahoria</p> <p>Macarrones integrales con tomate</p> <p>Croquetas</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>18</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Colas de bacalao en salsa mery</p> <p>Pan integral y fruta</p>		<p>20</p> <p>Mezclum, aceitunas y zanahoria</p> <p>Crema de lenteja roja y zanahoria</p> <p>Lomo en salsa de verduras</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>21</p> <p>Lechuga, tomate y queso</p> <p>Potaje de alubias eco estofadas</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Pan integral y fruta</p>
<p>24</p> <p>Mix de lechuga, aceitunas y zanahoria</p> <p>Lentejas eco de la huerta</p> <p>Tortilla de queso</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>25</p> <p>Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas</p> <p>Fajita con queso</p> <p>Fideuà marinera</p> <p>Fruta</p>	<p>26</p> <p>Lechuga, piña, zanahoria y maíz</p> <p>Crema de legumbres ecológicas</p> <p>Tombet de pollo</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>27</p> <p>Mezclum, aceitunas y zanahoria</p> <p>Sopa de verduras con fideo eco</p> <p>Goulash de magro</p> <p>Pan integral y fruta</p>	<p>28</p> <p>Lechuga, tomate y queso</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Abadejo en salsa mery</p> <p>Pan integral, yogur artesano y fruta</p>
<p>31</p> <p>Mix de lechuga, aceitunas y zanahoria</p> <p>Sopa de estrellitas</p> <p>Tortilla española con pisto</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>			



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