




DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	VALOR NUTRICIONAL
		8	9	10	
		Amanida amb fruita Torrada de pa amb tomaca i olives Paella valenciana Iogurt artesà amb topping de fruita Escalivada. Truita d'abadejo. Fruita	Amanida grega Crema de safanòria i ceba Titot guisat amb verdures de temporada Pa i fruita de temporada Amanida de quinoa, fruits secs, pera i formatge fresc. Fruita	FESTIU	Kcal 730 LIP 30 AGS 6 HC 82 Sucre 22 Proteïnes 29 Sal 2,2
13	14	15	16	17	
Mix de fruits secs Espaguetis a la napolitana Truita de creïlla Pa i fruita de temporada Menestra de verdures fresques. Conill al forn amb all i julivert. Fruita.	Amanida de cigrons Hamburguesa d'espínacs amb tomaca casolana Pa i fruita cítrica Pizza casolana amb vegetals i formatge. Amanida. Fruita	Amanida fresca Crema de carabasseta amb fesols Peix fresc a l'all i pebre Pa i batut casolà de fruita Crema de verdures de temporada. Truita de carabasseta. Fruita	Amanida color Pa amb oli d'oliva verge extra amb formatge fresc artesà Arròs melós amb galeres i musclos Fruita de temporada Amanida variada amb nous. Falafel amb salsa de iogurt. Fruita	Amanida grega Sopa coberta Pollastre a l'albercoc Pa i fruita cítrica Tomaques al forn. Broqueta de lluç amb gambes. Fruita	Kcal 726 LIP 30 AGS 6 HC 84 Sucre 20 Proteïnes 30 Sal 2,1
20	21	22	23	24	
Amanida color Llentilles amb quinoa Ou amb beixamel Pa i fruita cítrica Crema de xampinyons. Dauets de titot saltejats amb sèsam. Fruita.	Mix de fruits secs Vichyssoise Lasanya de bolonyesa veggie Pa i fruita de temporada Faixetes farcides de dacs, vegetals i azuki. Fruita	Amanida de creïlla amb verdures de temporada Truita d'abadejo i julivert Pa i iogurt artesà amb topping de fruita Llom de cerdo amb poma i porro. Amanida. Fruita	Amanida grega Sopa juliana de verdures de temporada Tombet de pollastre amb conill Pa i fruita de temporada Ous a la cassola amb menestra. Fruita	Amanida fresca Fideus a la cassola Tosta integral de verat, tomaca i olives Fruita de temporada Sípia a la planxa amb salsa mery. Amanida. Fruita	Kcal 718 LIP 30 AGS 7 HC 82 Sucre 24 Proteïnes 30 Sal 2,3
27	28	29	30		
Amanida color Macarrons amb samfaina Truita de xampinyons Pa i fruita de temporada Aladros fregits amb samfaina de verdures. Fruita	Amanida de fesols Coca vegetal casolana Fruita cítrica Crepes farcits de verdures. Fruita	Amanida fresca Menestra de verdures amb tonyina Pollastre al forn amb prunes Pa i batut casolà de fruita Ou remenat amb verdures i picos integrals. Fruita	Amanida amb fruita Broqueta de tomàquet cherry i formatge Arròs de rap i alls tendres Pa i fruita de temporada Mandonguilles casolanes de vedella amb verdures. Amanida. Fruita		Kcal 721 LIP 30 AGS 6 HC 83 Sucre 20 Proteïnes 30 Sal 2,1



AMANIDA FRESCA: encisam, tomaca, safanòria i olives
MIX DE FRUITS SECS: encisam, escarola, pipes i panses
AMANIDA GREGA: encisam, tomaca, formatge i olives
AMANIDA COLOR: encisam, tomaca, dacs i safanòria
AMANIDA AMB FRUITA: encisam, pinya, poma i dacs

*En infantil, els fruits secs sempre s'oferiran triturats



En Intur, els fruits secs sempre s'ofereixen triturats

Cumplint amb el Reglament 1169/2011, l'empresa té a la seua disposició els al·lèrgens que conté cada plat. Poden solicitar-lo en colectividades@intur.com | Menú recomanat i validat nutricionalment per **colegiada n° CV00237** |
Descarregat mensualment els menús en www.inturcolectividades.com o en la nostra APP "**Intur APP**"