



SETEMBRE 2025

* **Ofereim 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.



DILLUNS

8
Encisam, olives, tomata i cogombre
Macarrons integrals amb tonyina i tomata [1] [3] [4] [6] [10] [12]
Burger de coliflor i formatge [1] [2] [3] [7]
Pa integral i fruita [1]

15
Amanida d'espirlas [1] [3] [6]
Bunyols de bacallà [3] [4]
Pa integral i fruita [1]

22
Encisam, olives, tomata i cogombre
Lentilles eco amb carabassa [1] [6]
Truita francesa [3]
Pa integral i fruita [1]

29
Encisam, olives, tomata i cogombre
Bullit valencià [6]
Lactonesa casera [2]
Filet de llucet amb arrebossat natural [1] [3] [4] [5] [13]
Pa integral i fruita [1]

DIMARTS

9
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Lentilles eco amb verdures d'estiu [1] [6]
Lluç amb "tempura" de cigró [4]
Pa integral i fruita [1]

16
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Potatge de cigrons eco [6]
Truita espanyola [3] [6]
Pa integral i fruita [1]

23
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Espaguetis integrals amb formatge [1] [2] [3] [6] [10] [12]
Abadejo a la marinera [4] [6]
Pa integral i fruita [1]

30
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Cigrons eco amb porro [6]
Pit de pollastre amb tomata i ceba
Pa integral i fruita [1]

DIMECRES

10
Encisam, tomata, remolatxa i olives
Sopa vegetal amb estrelletes [1] [3] [6] [10] [12]
Pernilets amb tomata i carabasseta [6]
Pa integral i fruita [1]

17
Encisam, tomata, remolatxa i olives
Empedrat d'arròs amb verdures i llegums [6]
Ventresca al romesco [4] [6] [8] [14]
Pa integral i fruita [1]

24
Encisam, tomata, remolatxa i olives
Crema de bajoquetes verdes [6]
Pollastre rostit a la pinya [6]
Pa integral i fruita [1]

DIJOUS

11
Brots, encisam, tomata i poma
Arròs amb salsa de tomata [6]
Truita de formatge [2] [3]
Pa integral i fruita [1]

18
Encisam, tomata, formatge i llavors [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Crema de garrofó [6]
Xulla de tito [1] [2] [6] [9] [12]
Samfaina [6]
Pa integral i fruita [1]

25
Brots, encisam, tomata i poma
Verat desmigat, tomata natural i rodanxes d'oliva [4]
Arròs amb rap [4] [5] [6] [13]
Pa integral i fruita [1]

DIVENDRES

12
Encisam, tomata, formatge i llavors [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Crema de fesol roig i carabassa [6]
Llodello rostit amb creïlles [6]
Pa integral, llet i fruita [1] [2]

19
Brots, encisam, tomata i poma
Tomata ratllada i formatge fresc artesà [2]
Fideus a la cassola [1] [3] [6] [10] [12]
Pa integral, iogurt artesà i fruita [1] [2]

26
Amanida d'estiu [3] [4] [6]
Mandonguilles amb tomata [3] [6]
Pa integral [1]
Lacti [2]

VALORACIÓ NUTRICIONAL

Energia - 2959 Kj / 708 Kcal
LIP - 26.5 g
AGS - 6.0 g
HC - 80.5 g
Sucre - 24.0 g
Proteïnes - 33.6 g
Sal - 2.3 g

Energia - 2811 Kj / 672 Kcal
LIP - 21.6 g
AGS - 4.9 g
HC - 89.3 g
Sucre - 26.7 g
Proteïnes - 26.8 g
Sal - 1.9 g

Energia - 2806 Kj / 671 Kcal
LIP - 25.9 g
AGS - 5.6 g
HC - 77.6 g
Sucre - 23.9 g
Proteïnes - 28.1 g
Sal - 2.1 g

Energia - 2870 Kj / 687 Kcal
LIP - 22.8 g
AGS - 3.6 g
HC - 82.4 g
Sucre - 24.8 g
Proteïnes - 38.3 g
Sal - 1.8 g



[1] Gluten



[2] Lactis



[3] Ou



[4] Peix



[5] Mol·luscs



[6] SO2, sulfits



[7] Sèsam



[8] Cacauets



[9] Tramussos



[10] Mostassa



[11] Api



[12] Soia



[13] Crustacis



[14] Fruits de closca



SETEMBRE 2025

* 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.



DILLUNS

8
Encisam, olives, tomata i cogombre
Macarrons integrals amb tonyina i tomata [1] [3] [4] [6] [10] [12]
Burger de coliflor i formatge [1] [2] [3] [7]
Pa integral i fruita [1]

15
Amanida d'espirls [1] [3] [6]
Bunyols de bacallà [3] [4]
Pa integral i fruita [1]

22
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Espaguetis integrals amb formatge [1] [2] [3] [6] [10] [12]
Abadejo a la marinera [4] [6]
Pa integral i fruita [1]

29
Encisam, olives, tomata i cogombre
Bullit valencià [6]
Lactonesa casera [2]
Filet de llucet amb arrebossat natural [1] [3] [4] [5] [13]
Pa integral i fruita [1]

DIMARTS

9
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Lentilles eco amb verdures d'estiu [1] [6]
Luç amb "tempura" de cigró [4]
Pa integral i fruita [1]

16
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Potatge de cigrons eco [6]
Truita espanyola [3] [6]
Pa integral i fruita [1]

23
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Espaguetis integrals amb formatge [1] [2] [3] [6] [10] [12]
Abadejo a la marinera [4] [6]
Pa integral i fruita [1]

30
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Cigrons eco amb porro [6]
Pit de pollastre amb tomata i ceba
Pa integral i fruita [1]

DIMECRES

10
Encisam, tomata, remolatxa i olives
Sopa vegetal amb estrelletes [1] [3] [6] [10] [12]
Pernilets amb tomata i carabasseta [6]
Pa integral i fruita [1]

17
Encisam, tomata, remolatxa i olives
Empedrat d'arròs amb verdures i llegums [6]
Ventresca al romesco [4] [6] [8] [14]
Pa integral i fruita [1]

24
Encisam, tomata, remolatxa i olives
Crema de bajoquetes verdes [6]
Pollastre rostit a la pinya [6]
Pa integral i fruita [1]

31
Encisam, tomata, cogombre i carlota
Lentilles eco amb verdures d'estiu [1] [6]
Luç amb "tempura" de cigró [4]
Pa integral i fruita [1]

DIJOUS

11
Brots, encisam, tomata i poma
Arròs amb salsa de tomata [6]
Truita de formatge [2] [3]
Pa integral i fruita [1]

18
Encisam, tomata, formatge i llavors [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Crema de garrofó [6]
Xulla de tito [1] [2] [6] [9] [12]
Samfaina [6]
Pa integral i fruita [1]

25
Brots, encisam, tomata i poma
Verat desmigat, tomata natural i rodanxes d'oliva [4]
Arròs amb rap [4] [5] [6] [13]
Pa integral i fruita [1]

2
Encisam, olives, tomata i cogombre
Macarrons integrals amb tonyina i tomata [1] [3] [4] [6] [10] [12]
Burger de coliflor i formatge [1] [2] [3] [7]
Pa integral i fruita [1]

DIVENDRES

12
Encisam, tomata, formatge i llavors [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14]
Crema de fesol roig i carabassa [6]
Llodello rostit amb creïlles [6]
Pa integral, llet i fruita [1] [2]

19
Brots, encisam, tomata i poma
Tomata ratllada i formatge fresc artesà [2]
Fideus a la cassola [1] [3] [6] [10] [12]
Pa integral, iogurt artesà i fruita [1] [2]

26
Amanida d'estiu [3] [4] [6]
Mandonguilles amb tomata [3] [6]
Pa integral [1]
Lacti [2]

3
Encisam, olives, tomata i cogombre
Macarrons integrals amb tonyina i tomata [1] [3] [4] [6] [10] [12]
Burger de coliflor i formatge [1] [2] [3] [7]
Pa integral i fruita [1]

VALORACIÓ NUTRICIONAL

Energia - 2959 Kj / 708 Kcal
LIP - 26.5 g
AGS - 6.0 g
HC - 80.5 g
Sucre - 24.0 g
Proteïnes - 33.6 g
Sal - 2.3 g

Energia - 2811 Kj / 672 Kcal
LIP - 21.6 g
AGS - 4.9 g
HC - 89.3 g
Sucre - 26.7 g
Proteïnes - 26.8 g
Sal - 1.9 g

Energia - 3136 Kj / 750 Kcal
LIP - 32.7 g
AGS - 7.3 g
HC - 79.5 g
Sucre - 23.4 g
Proteïnes - 31.3 g
Sal - 2.1 g

Energia - 2870 Kj / 687 Kcal
LIP - 22.8 g
AGS - 3.6 g
HC - 82.4 g
Sucre - 24.8 g
Proteïnes - 38.3 g
Sal - 1.8 g



[1] Gluten



[2] Lactis



[3] Ou



[4] Peix



[5] Mol·luscs



[6] SO2, sulfits



[7] Sèsam



[8] Cacauets



[9] Tramussos



[10] Mostassa



[11] Api



[12] Soia



[13] Crustacis



[14] Fruits de closca

Menú septiembre 2025 - celiaco

casaintur
SALUDABLES DESDE 1992

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Macarrones s/gluten con tomate y atún Pechuga con tomate Pan s/gluten y fruta	9 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco con verduras Merluza en tempura con garbanzo Pan s/gluten y fruta	10 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Sopa vegetal con pasta s/gluten Pollo asado con calabacín y tomate Pan s/gluten y fruta	11 Brotos, lechuga, tomate y manzana Arroz con tomate Tortilla de queso Pan s/gluten y fruta	12 Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de alubia roja y calabaza Lomo asado con patata panadera Pan s/gluten, leche y fruta
15 Ensalada de pasta s/gluten Buñuelos de bacalao Pan s/gluten y fruta	16 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco con verduritas de verano Tortilla española Pan s/gluten y fruta	17 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Empedrado de arroz con verduras y legumbre Ventresca de merluza al romescu Pan s/gluten y fruta	18 Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de garrofón Chuletas de pavo con pisto Pan s/gluten y fruta	19 Brotos, lechuga, tomate y manzana Tomate natural con queso fresco artesano Fideos s/gluten a la cazuela Pan s/gluten, yogur y fruta
22 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Alubias eco con calabaza Tortilla francesa Pan s/gluten y fruta	23 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Espaguetis s/gluten con queso al gratén Abadejo a la marinera Pan s/gluten y fruta	24 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de judías verdes Contramuslo de pollo a la piña Pan s/gluten y fruta	25 Brotos, lechuga, tomate y manzana Caballa desmigada con tomate rallado y aceitunas Arroz con rape Pan s/gluten y fruta	26 Ensalada de verano Albóndigas con tomate Pan s/gluten y lácteo
29 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Hervido valenciano con lactonesa casera Filete de pescadilla rebozado natural Pan s/gluten y fruta	30 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco estofados con puerro Pechuga de pollo con tomate y cebolla Pan s/gluten y fruta	<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 www.inturcolectividades.com o en nuestra APP "Intur APP"

Menú septiembre 2025 - celiaco y lactosa

casaintur
SALUDABLES DESDE 1992

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Macarrones s/gluten con tomate y atún Pechuga con tomate Pan s/gluten y fruta	9 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco con verduras Merluza en tempura con garbanzo Pan s/gluten y fruta	10 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Sopa vegetal con pasta s/gluten Pollo asado con calabacín y tomate Pan s/gluten y fruta	11 Brotes, lechuga, tomate y manzana Arroz con tomate Tortilla francesa Pan s/gluten y fruta	12 Lechuga, tomate y semillas Crema de alubia roja y calabaza Lomo asado con patata panadera Pan s/gluten y fruta
15 Ensalada de pasta s/gluten Buñuelos de bacalao Pan s/gluten y fruta	16 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco con verduritas de verano Tortilla española Pan s/gluten y fruta	17 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Empedrado de arroz con verduras y legumbre Ventresca de merluza al romescu Pan s/gluten y fruta	18 Lechuga, tomate y semillas Crema de garrofón Chuletas de pavo con pisto Pan s/gluten y fruta	19 Brotes, lechuga, tomate y manzana Tomate natural con atún desmigado Fideos s/gluten a la cazuela Pan s/gluten y fruta
22 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Alubias eco con calabaza Tortilla francesa Pan s/gluten y fruta	23 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Espaguetis s/gluten con tomate Abadejo a la marinera Pan s/gluten y fruta	24 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de judías verdes Contramuslo de pollo a la piña Pan s/gluten y fruta	25 Brotes, lechuga, tomate y manzana Caballa desmigada con tomate rallado y aceitunas Arroz con rape Pan s/gluten y fruta	26 Ensalada de verano Albóndigas con tomate Pan s/gluten y fruta
29 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Hervido valenciano Filete de pescadilla rebozado natural Pan s/gluten y fruta	30 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco estofados con puerro Pechuga de pollo con tomate y cebolla Pan s/gluten y fruta	<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 www.inturcolectividades.com o en nuestra APP "Intur APP"

Menú septiembre 2025 - cerdo

casaintur
SALUDABLES DESDE 1992

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Macarrones integrales con tomate y atún Burger de coliflor y queso Pan integral y fruta	9 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Lentejas eco con verduras Merluza en tempura con garbanzo Pan integral y fruta	10 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Sopa vegetal con estrellitas Pollo asado con calabacín y tomate Pan integral y fruta	11 Brotos, lechuga, tomate y manzana Arroz con tomate Tortilla de queso Pan integral y fruta	12 Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de alubia roja y calabaza Salmón en salsa mery Pan integral, leche y fruta
15 Ensalada de espirales Buñuelos de bacalao Pan integral y fruta	16 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco con verduritas de verano Tortilla española Pan integral y fruta	17 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Empedrado de arroz con verduras y legumbre Ventresca de merluza al romescu Pan integral y fruta	18 Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de garrofón Chuletas de pavo con pisto Pan integral y fruta	19 Brotos, lechuga, tomate y manzana Tomate natural con queso fresco artesano "Fideuà" vegetal Pan integral, yogur y fruta
22 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Lentejas eco con calabaza Tortilla francesa Pan integral y fruta	23 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Espaguetis integrales con queso al gratén Abadejo a la marinera Pan integral y fruta	24 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de judías verdes Burger de coliflor Pan integral y fruta	25 Brotos, lechuga, tomate y manzana Caballa desmigada con tomate rallado y aceitunas Arroz con rape Pan integral y fruta	26 Ensalada de verano Suquet de peix Pan integral y lácteo
29 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Hervido valenciano Filete de pescadilla rebozado natural Pan integral y fruta	30 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco estofados con puerro Huevo cocido con tomate y cebolla Pan integral y fruta	<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 www.inturcolectividades.com o en nuestra APP "Intur APP"

Menú septiembre 2025 - lactosa

casaintur
SALUDABLES DESDE 1992

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Macarrones integrales con tomate y atún Pechuga con tomate Pan integral y fruta	9 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Lentejas eco con verduras Merluza en tempura con garbanzo Pan integral y fruta	10 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Sopa vegetal con estrellitas Pollo asado con calabacín y tomate Pan integral y fruta	11 Brotes, lechuga, tomate y manzana Arroz con tomate Tortilla francesa Pan integral y fruta	12 Lechuga, tomate y semillas Crema de alubia roja y calabaza Lomo asado con patata panadera Pan integral, postre vegetal y fruta
15 Ensalada de espirales Buñuelos de bacalao Pan integral y fruta	16 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco con verduritas de verano Tortilla española Pan integral y fruta	17 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Empedrado de arroz con verduras y legumbre Ventresca de merluza al romescu Pan integral y fruta	18 Lechuga, tomate y semillas Crema de garrofón Chuletas de pavo con pisto Pan integral y fruta	19 Brotes, lechuga, tomate y manzana Tomate natural con atún desmigado Fideos a la cazuela Pan integral, postre vegetal y fruta
22 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Lentejas eco con calabaza Tortilla francesa Pan integral y fruta	23 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Espaguetis integrales con tomate Abadejo a la marinera Pan integral y fruta	24 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de judías verdes Contramuslo de pollo a la piña Pan integral y fruta	25 Brotes, lechuga, tomate y manzana Caballa desmigada con tomate rallado y aceitunas Arroz con rape Pan integral y fruta	26 Ensalada de verano Albóndigas con tomate Pan integral y postre vegetal
29 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Hervido valenciano Filete de pescadilla rebozado natural Pan integral y fruta	30 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco estofados con puerro Pechuga de pollo con tomate y cebolla Pan integral y fruta	<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 www.inturcolectividades.com o en nuestra APP "Intur APP"

Menú septiembre 2025 - ovolactovegetariano

casaintur
SALUDABLES DESDE 1992

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Macarrones integrales con tomate Burger de coliflor y queso Pan integral y fruta	9 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Lentejas eco con verduras Pizza surtida con queso Pan integral y fruta	10 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Sopa vegetal con estrellitas Ensalada de garbanzos Pan integral y fruta	11 Brotes, lechuga, tomate y manzana Arroz con tomate Tortilla de queso Pan integral y fruta	12 Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de alubia roja y calabaza Coliflor con bechamel y queso Pan integral, leche y fruta
15 Ensalada de espirales Crema de legumbres Pan integral y fruta	16 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco con verduritas de verano Tortilla española Pan integral y fruta	17 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Empedrado de arroz con verduras y legumbre Judías verdes salteadas Pan integral y fruta	18 Lechuga, tomate, semillas y queso Crema de garrofón Arroz con pisto Pan integral y fruta	19 Brotes, lechuga, tomate y manzana Tomate natural con queso fresco artesano "Fideuà" vegetal Pan integral, yogur y fruta
22 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Lentejas eco con calabaza Tortilla francesa Pan integral y fruta	23 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Espaguetis integrales con queso al gratén Crema de legumbres Pan integral y fruta	24 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Crema de judías verdes Burger de coliflor Pan integral y fruta	25 Brotes, lechuga, tomate y manzana Gazpacho andaluz Revuelto de alcachofas y setas Pan integral y fruta	26 Ensalada de verano Wok de garbanzos con sésamo y soja Pan integral y lácteo
29 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Hervido valenciano con lactonesa casera Ensalada de alubias con vegetales Pan integral y fruta	30 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Garbanzos eco estofados con puerro Alcachofas salteadas Pan integral y fruta	<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 www.inturcolectividades.com o en nuestra APP "Intur APP"