



INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

ABRIL 2026

GCN MENJADORS

DILLUNS -	DIMARTS -	DIMECRES -	DIJOUS -	DIVENDRES -
DILLUNS -	DIMARTS -	DIMECRES -	DIJOUS -	DIVENDRES -
	<p>CALORIES 604,9 KCal PROTEINES 27,5 gr. LÍPIDS 18,4 gr. HIDRATS 85,2 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR VERDURA AMB PATATES PEIX BLANC A LA PLANXA IOGURT</p>	<p>CALORIES 616,8 KCal PROTEINES 30,9 gr. LÍPIDS 19,3 gr. HIDRATS 82,0 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR MACARRONS AMB OLI I ORENGA PIT DE POLLASTRE I TOMAQUET FRUITA</p>	<p>CALORIES 635,2 KCal PROTEINES 37,6 gr. LÍPIDS 22,8 gr. HIDRATS 73,6 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR SOPA DE PEIX I CLOISSES GALL DINDI A LA PLANXA FRUITA</p>	<p>CALORIES 692,1 KCal PROTEINES 48,0 gr. LÍPIDS 26,0 gr. HIDRATS 70,2 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR AMAN. DE TOMAQUET I ALVOCAT HAMBURGUESA AMB CHEDDAR FRUITA</p>
DILLUNS -	DIMARTS -	DIMECRES -	DIJOUS -	DIVENDRES -
<p>CALORIES 671,3 KCal PROTEINES 21,4 gr. LÍPIDS 31,0 gr. HIDRATS 78,0 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR PASTA INTEGRAL AMB VERDURES LLUC AL VAPOR FRUITA</p>	<p>CALORIES 762,8 KCal PROTEINES 35,3 gr. LÍPIDS 40,1 gr. HIDRATS 67,2 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA AMB MOZZARELLA HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA</p>	<p>CALORIES 730,7 KCal PROTEINES 41,2 gr. LÍPIDS 20,2 gr. HIDRATS 98,3 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR ARRÓS AMB TOMAQUET SALSITXES D'AU FRUITA</p>	<p>CALORIES 632,0 KCal PROTEINES 31,8 gr. LÍPIDS 26,6 gr. HIDRATS 72,6 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR GRAELLADA DE VERDURES TRUITA DE PATATES I CEBA FRUITA</p>	<p>CALORIES 659,9 KCal PROTEINES 24,0 gr. LÍPIDS 25,3 gr. HIDRATS 87,6 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA AMB FRUITA FRESCA TORRADA AMB EMBOTITS IOGURT</p>
DILLUNS -	DIMARTS -	DIMECRES -	DIJOUS -	DIVENDRES -
<p>CALORIES 675,1 KCal PROTEINES 24,5 gr. LÍPIDS 36,6 gr. HIDRATS 64,8 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR PESOLS AMB PERNIL SIPIA O CALAMAR PLANXA FRUITA</p>	<p>CALORIES 610,6 KCal PROTEINES 31,9 gr. LÍPIDS 26,7 gr. HIDRATS 63,0 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR SOPA DE PEIX AMB ARRÓS TRUITA DE CARBASSO FRUITA</p>	<p>CALORIES 623,0 KCal PROTEINES 31,0 gr. LÍPIDS 20,2 gr. HIDRATS 82,5 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR BROCOLI AMB PATATA BACALLA AMB SAMFAINA IOGURT</p>	<p>CALORIES 671,2 KCal PROTEINES 32,8 gr. LÍPIDS 31,8 gr. HIDRATS 67,4 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR TALLARINES AMB VERDURES FINGERS DE POLLASTRE FRUITA</p>	<p>CALORIES 743,2 KCal PROTEINES 22,2 gr. LÍPIDS 44,3 gr. HIDRATS 65,8 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA VARIADA PIZZA AL GUST FRUITA</p>
DILLUNS -	DIMARTS -	DIMECRES -	DIJOUS -	DIVENDRES -
<p>CALORIES 6145,7 KCal PROTEINES 33,5 gr. LÍPIDS 22,4 gr. HIDRATS 74,2 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR ARROS AMB VERDURES PEIX BLANC AL FORN FRUITA</p>	<p>CALORIES 642,5 KCal PROTEINES 27,5 gr. LÍPIDS 30,1 gr. HIDRATS 68,7 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR SOPA DE PASTA LLOM A LA PLANXA FRUITA</p>	<p>CALORIES 601,2 KCal PROTEINES 33,4 gr. LÍPIDS 16,6 gr. HIDRATS 83,2 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB PA I FORMATGE FRUITA</p>	<p>CALORIES 692,1 KCal PROTEINES 48,0 gr. LÍPIDS 26,0 gr. HIDRATS 70,2 gr.</p> <p>PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA DE TOMAQUET GREGA POLLASTRE PLANXA FRUITA</p>	