

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ  
1 - 28 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2017**

**1<sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ**

				1/2	2/2	3/2	4/2	5/2
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Γ Ε Υ Μ Α</b>	Πρώτο πιάτο			Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Πουρές με μπεικον	Κρεατόσουπα	Σούππα του σεφ
	Κυρίως πιάτο			Σαρδέλα φούρνου με πατάτες φούρνου ή Γαλέος με σκορδαλιά	Μακαρόνια με κιμά  ή Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι	Γίγαντες με χόρτα ή Φασολάκια	Παστίσιο  ή Κοτόπουλο σνίτσελ	Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι ή Αρνί ψητό με πατάτες
	Ειδικό πιάτο*					Τυρί	Σαλάτα Φρούτο	Γραβιέρα
	Συνοδευτικά			Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα  Φρούτο	Γλυκό		Ρώσικη Φρούτο
<b>Δ Ε Ι Π Ν Ο</b>	Πρώτο πιάτο			Χορτόσουπα	Ζυμαρόπιτα	Σούππα του Σεφ	Μινεστρόνε	Σούππα λαχανικών
	Κυρίως πιάτο			Μπιφτέκι σχάρας με πουρέ ή Λουκάνικα φρανκφούρτης με κριθαράκι	Αρακάς ανάμικτος ή Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι  ή Μακαρόνια με θαλασσινά	Αγκινάρες αλά πολίτα ή Σπανακόρυζο	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών ή Μακαρόνια ογκραντέν
	Ειδικό πιάτο*					Τυρί	Τυρί	Σαλάτα
	Συνοδευτικά			Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Ρυζόγαλο	Σαλάτα  Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Γιαούρτη

\*αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

**ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30**

**ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00**

**ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00**

2 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		6/2	7/2	8/2	9/2	10/2	11/2	12/2
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή		
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Κοτόσουπα	Πίκλες	Χορτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος	Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι ή Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	Φασολάδα ή Φακές  Τυρί-Ελιές	Μπιφτέκι με ρύζι ή Σουτζουκάκια με πουρέ	Βακαλάος φιλέτο με σκορδαλιά  ή Σαρδέλα φούρνου με πατάτες φούρνου	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι  ή Μπριζόλα χοιρινή με ρύζι	Μακαρόνια με κιμά  ή Κεφτεδάκια με πουρέ λαχανικών
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί		Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο		Σαλάτα Γαλοτύρι	Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο			Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Μανιταρόσουπα	Πουρές με μπεικον	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά & μπέικον	Ομελέτα σπέσιαλ ή	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή Κεφτεδάκια με κριθαράκι	Αρακάς ή Φασολάκια  Τυρί	Μακαρόνια ογκραντέν  ή Μακαρόνια καρμπονάρα	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πουρέ  ή Σνίτσελ κοτόπουλο με ρυζότο	Καλαμαράκια με ρύζι  ή Κοφτό μακαρονάκι με θαλασσινά
	Ειδικό πιάτο*	ή Πέννες πριμαβέρα	Ρυζότο θαλασσινών	Σαλάτα	Κομπόστα			
	Συνοδευτικά	Σαλάτα  Κρέμα σοκολάτα	Τυρί Σαλάτα	Ζελέ		Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γιαούρτη	Σαλάτα Φρούτο

- αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

**ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30**

**ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00**

**ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00**

3<sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ

13/2

14/2

15/2

16/2

17/2

18/2

19/2

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα του σεφ	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Μινεστρόνε	Κοτόσουπα	Πουρές με λαχανικά
	Κυρίως πιάτο	Φασόλια φούρνου ή Φακές	Μακαρόνια με κιμά ή Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Σαρδέλα φούρνου με πατάτες φούρνου ή Φιλέτο βακαλαίου με σκορδαλιά	Παστίσιο ή Χοιρινό ριγανάτο με πουρέ	Φασόλια γίγαντες ή Αρακάς ανάμικτος	Μοσχάρι γιουβέτσι ή Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι	Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι ή Αρνί ψητό πουρέ
	Ειδικό πιάτο*							
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό	Ρώσικη Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Σούπα ζυμαρικών	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπέικον	Σούπα του σεφ	Πουρές λαχανικών	Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με κριθαράκι ή Λουκάνικο χωριάτικο με πουρέ	Αγκινάρες αλά πολιτά ή Σπανακόρυζο	Κοφτό μακαρόνι με θαλασσινά ή Μακαρόνια ναπολιτέν με τυρί	Λαχανόρυζο ή Φασολάκια λαδερά	Μπιφτέκι με ριζότο ή Σουτζουκάκια με κριθαράκι	Μακαρόνια ογκραντέν ή Ρυζότο θαλασσινών	Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον
	Ειδικό πιάτο*							
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Κρέμα	Τυρί Φρούτο	Τυρί Κομπόστα	Σαλάτα Φρούτο Γιαούρτη	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο

- αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30

ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00

ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00

4 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		20/2	21/2	22/2	23/2	24/2	25/2	26/2
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Τραχανάς	Σούπα λαχανικών	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Ρεβίθια σούπα ή Φακές	Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι ή	Σαρδέλα φούρνου με πατάτες φούρνου ή	Παστίσιο ή Σουτζουκάκια σχάρας με πουρέ	Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος	Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι ή Μπιφτέκι με κριθαράκι	Χοιρινό μπεκρί - μεζέ με πιλάφι ή Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί-Ελιές	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	Φιλέτο ψαριού με σκορδαλιά	Σαλάτα Φρούτο			
	Συνοδευτικά	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο		Τυρί Φρούτο	Γραβιέρα Ρώσικη Φρούτο	Τζατζίκι Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Σούπα του Σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Πουρές λαχανικών	Μανιταρόσουπα	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Λαχανικά τουρλού	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι ή	Σπανακόρυζο ή Ομελέτα σπέσιαλ	Κριθαρότο θαλασσινών ή	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή	Μακαρόνια με σάλτσα Πέστο ή Ρυζότο με ζαμπόν & μπέικον	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πουρέ ή Κοφτό μακαρονάκι με κιμά
	Ειδικό πιάτο*	ή Μακαρόνια καρμπονάρα	Μακαρόνια φούρνου με ντομάτα & τυρί	Τυρί	Σουφλέ με μακαρόνια, τυριά & μπέικον	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με ρύζι		
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Κομπόστα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γιαούρτη	Σαλάτα Φρούτο

• αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

**ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30**

**ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00**

**ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00**

5<sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ

27/2

28/2

		Καθαρά Δευτέρα	Τρίτη				
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούππα του σεφ				
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα ή Καλαμαράκια με ρύζι	Μακαρόνια με κιμά ή Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι				
	Ειδικό πιάτο*	Ταραμοσαλάτα- Ελιές- χαλβά					
	Συνοδευτικά	Λαγάνα  Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο				
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές λαχανικών	Σούππα ζυμαρικών				
	Κυρίως πιάτο	Ρυζότο θαλασσινίων ή	Αγκινάρες αλά πολίτα ή Σπανακόρυζο				
	Ειδικό πιάτο*	Πέννες πριμαβέρα					
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί  Κρέμα				

- αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30

ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00

ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00