

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ  
01 - 31 ΜΑΙΟΥ 2017**

1 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		1	2	3	4	5	6	7
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Γ Ε Υ Μ Α</b>	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Πίκλες	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια	Μακαρόνια με κιμά	Φασολάδα ή Φακές	Κοτόπουλο φούρνου με κριθαράκι	Γαλέος με σκορδαλιά	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι
	Ειδικό πιάτο*	ή Αρακάς ανάμεικτος	ή Σουτζουκάκια με ρύζι	Τυρί-Ελιές	ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πουρέ	ή Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου	ή Μπριζόλα χοιρινή με ρύζι	ή Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό	Γραβιέρα Ρώσικη Φρούτο
<b>Δ Ε Ι Π Ν Ο</b>	Πρώτο πιάτο	Πουρές λαχανικών	Πουρές με μπεικον	Μινεστρόνε	Σούπα λαχανικών	Σούπα του σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Γεμιστά λαδερά ή Κοφτό μακαρονάκι με θαλασσινά	Μακαρόνια ογκραντέν ή Καλαμαράκια με ρύζι	Μελιτζάνες ραγού ή Αγκινάρες αλα πολίτα Τυρί	Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πουρέ ή Μπιφτέκι σχάρας με κοφτο μακαροني	Σπανακόρυζο ή Αρακάς ανάμεικτος
	Ειδικό πιάτο*	ή Πέννες με λαχανικά	Σαλάτα	Σαλάτα	Κομπόστα	Τυρί	Τυρί	Τυρί
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Ζελέ	Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο

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

2 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		8	9	10	11	12	13	14
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Γ Ε Υ Μ Α</b>	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Πίκλες	Χορτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Ογκραντέν λαχανικών ή Αρακάς ανάμεικτος	Κοτόπουλο σνίτσελ με ριζότο ή Σουτζουκάκια σχάρας με πουρέ	Φασολάδα ή Φακές	Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ ή	Φιλέτο σαρδέλας με με πατατες ή Βακαλαός φιλέτο σκορδαλιά	Αρνάκι λεμονάτο με πουρέ ή Μακαρόνια με κιμά	Παστίσιο ή Κοτόπουλο ψητό με μακαρονάκι κοφτό
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Γλυκό	Παστίσιο Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
	Συνοδευτικά							
<b>Δ Ε Ι Π Ν Ο</b>	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Πουρές λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Ομελέτα σπέσιαλ ή Λαχανικά εποχής Τουρλού	Μακαρόνια ογκραντέν ή Πέννες με λαχανικά	Μπριάμ ή Κοφτό μακαρονάκι με θαλασσινά	Σπανακόρυζο ή Φασολάκια	Γεμιστά λαδερά ή Σουφλέ με πατάτες και αλλαντικά	Λουκανικό χωριάτικό με ρύζι ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Καλαμαράκια με ρύζι ή Μακαρονάδα φούρνου με ντομάτα & τυρί
	Ειδικό πιάτο*	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Ζελέ Σαλάτα	Τυρί Φρούτο	Τυρί Κομπόστα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά							

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

3 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		15	16	17	18	19	20	21
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα λαχανικών	Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Κοτόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασόλια φούρνου ή Φακές	Παστίσιο ή Σουτζουκάκια σμυρνάικα με πιλάφι	Σαρδέλα φούρνου με πατάτες φούρνου ή Γαλέος φέτα με σκορδαλιά	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι ή Μακαρόνια με κιμά	Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος	Μπριζόλα χοιρινή με πουρέ ή Κοτόπουλο σνίτσελ με πέννες	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι ή Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με κριθαράκι
	Ειδικό πιάτο*					Τυρί		
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό	Γραβιέρα Ρώσικη Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Μανιπαρόσουπα	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ	Σούπα λαχανικών	Χορτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Ομελέτα σπέσιαλ ή Πέννες με λαχανικά	Λαχανικά Τουρλού ή Φασολάκια	Γεμιστά λαδερά ή Μακαρόνια ναπολιτέν με τυρί	Αγκινάρες αλά πολίτα ή Σπανακόρυζο	Τορτελίνια με τυρί ή Μπριάμ	Μακαρόνια με σάλτσα ναπολιτέν ή Καλαμαράκια κρασάτα με ρύζι	Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι ή Μπιφτέκι σχάρας με ριζότο
	Ειδικό πιάτο*		Τυρί	Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα Φρούτο		
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Ζελέ	Σαλάτα Φρούτο	Κρέμα σοκολάτα Φρούτο		Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο

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

4 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		22	23	24	25	26	27	28
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Πίκλες	Κρεατόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος	Μακαρόνια με κιμά ή	Φιλέτο σαρδέλας με πατάες ή Βακαλάος φιλέτο	Σουτζουκάκια σχάρας με ρύζι ή Κοτόπουλο ψητό με κριθάρaki	Φασόλια φούρνου ή Φακές	Μοσχάρι σαλτσα μαδέρα με πουρέ ή Μπριζόλα χοιρινή με σάλτσα μουστάρδας με ρύζι	Μπιφτέκι σχάρας με κοφτο μακαροني ή Αρνί ψητό με πατατες
	Ειδικό πιάτο*		Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	Σαλάτα Φρούτο		Τυρί-Ελιές	Μουστάρδας με ρύζι	Σαλάτα
	Συνοδευτικά	Τυρί  Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο		Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα  Φρούτο	Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Σούπα ζυμαρικών	Σούπα του σεφ	Σούπα λαχανικών	Σούπα του σεφ	Πουρές λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Κοφτό μακαρονάκι με θαλασσινά	Σπανακόρυζο ή	Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ	Λαχανικά εποχής τουρλού ή Μακαρόνια ογκραντέν	Λαχανικά Τουρλού ή	Λουκανικό χωριάτικο με πατάτες φούρνου ή	Γεμιστά λαδερά ή Μακαρόνια με σάλτσα ναπολιτέν
	Ειδικό πιάτο*	ή Μπριάμ	Αγκινάρες αλά πολίτα	ζυμαρικων με τυριά και μπέικον	Τυρί	Ομελέτα σπέσιαλ	Κεφτεδάκια με κριθάρaki	Σαλάτα
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Τυρί  Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	Τυρί  Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο

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

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη					
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Κοτόσουπα	Πίκλες					
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια	Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Φασόλια φούρνου ή Φακές					
	Ειδικό πιάτο*	ή Αρακάς ανάμικτος	ή Μακαρόνια με κιμά	Τυρί-Ελιές					
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο					
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Ζυμαρόπιτα	Μινεστρόνε					
	Κυρίως πιάτο	Γεμιστά λαδερά	Σπανακόρυζο ή Φασολάκια	Μακαρόνια ογκραντέν					
	Ειδικό πιάτο*	ή Μακαρόνια καρμπονάρα	Τυρί	ή Καλαμαράκια με ρύζι					
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Κομπόστα	Σαλάτα  Ζελέ					

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

**ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.45**

**ΓΕΥΜΑ: 12.00-15.30**

**ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00**