

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ
1 - 30 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017**

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

1/6

2/6

3/6

4/6

					Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο				Χορτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο				Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ	Φιλέτο ψαριού με σκορδαλιά	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι	Αρνάκι λεμονάτο με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*				ή Παστίτσιο	ή Σαρδέλα ψητή με πατάτες	ή Κοτόπουλο ψητό με πατάτες φούρνου	ή Μπριζόλα χοιρινή με ρύζι
	Συνοδευτικά				Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο				Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Χορτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο				Ομελέτα σπέσιαλ	Αγκινάρες αλα πολίτα ή	Λουκάνικα Φρανκφούρτης Κοφτό μακαρόνι	Σουφλέ λαχανικών ή
	Ειδικό πιάτο*				ή Ριζότο με θαλασσινά	Λαχανικά εποχής Τουρλού	ή Γιουβαρλάκια κοκκινιστα με πουρέ	ή Μακαρόνια ναπολιτέν
	Συνοδευτικά				Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κομπόστα	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

2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		5/6	6/6	7/6	8/6	9/6	10/6	11/6
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούππα του σεφ	Ψαρόσουππα	Χορτόσουππα	Σούππα ζυμαρικών	Κοτόσουππα	Σούππα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασόλια φούρνου ή Φακές	Παστίσιο ή Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Σαρδέλα φιλέτο ψητή με πατάτες φούρνου ή Φιλέτο βακαλάου με σκορδαλιά	Κοτόπουλο ψητό με ρύζι ή Μακαρόνια με κιμά	Φασολάκια λαδερά ή Αρακάς ανάμικτος	Μουσακάς ή Κοτόπουλο σνίτσελ κριθαράκι	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι ή Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί	Σαλάτα Φρούτο	Γραβιέρα Ρώσικη Φρούτο
	Συνοδευτικά					Φρούτο	Γλυκό	
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Μινεστρόνε	Σούππα του σεφ	Πουρές με Μπέικον	Σούππα του σεφ	Σούππα λαχανικών	Χορτόσουππα
	Κυρίως πιάτο	Πέννες με λαχανικά ή Σπετσοφαί	Λαχανικά Τουρλού ή Κους-Κους με Μανιτάρια	Γεμιστά λαδερά ή Μακαρονάδα Ναπολιτέν	Αγκινάρες αλά πολίτα ή Σπανακόρυζο	Μακαρονάδα φούρνου με Ντομάτα & Τυρί ή Ρυζότο με θαλασσινά	Μακαρόνια ογκραντέν ή Ομελέτα σπέσιαλ	Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι ή Μπιφτέκι σχάρας με ριζότο
	Ειδικό πιάτο*	Σαλάτα	Τυρί	Τυρί	Τυρί	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο Γιαούρτη
	Συνοδευτικά	Φρούτο	Ζελέ	Φρούτο	Κρέμα σοκολάτα 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 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		12/6	13/6	14/6	15/6	16/6	17/6	18/6
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Ψαρόσουπα	Μινεστρόνε	Πίκλες	Κοτόσουπα	Σούπα λαχανικών
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια	Παστίσιο	Ψαρόσουπα	Μινεστρόνε	Φασόλια φούρνου	Μακαρόνια με κιμά	Κεφτεδάκια με ρύζι
	Ειδικό πιάτο*	ή Αρακάς ανάμικτος	ή Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	Φέτα Γαλέος με σκορδαλιά	ή Κοτόπουλο σχάρας με πουρέ	ή Φακές	ή Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι	ή Μπριζόλα με πουρέ
	Συνοδευτικά	Τυρί	Σαλάτα	ή Σαρδέλα φιλέτο ψητή με πατάτες	ή Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Τυρί-Ελιές	Σαλάτα	Μελιτζανοσαλάτα
		Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Γλυκό	Φρούτο	Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Σούπα ζυμαρικών	Σούπα του σεφ	Σούπα λαχανικών	Σούπα του σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια με σάλτσα ναπολιτέν	Σπανακόρυζο	Ομελέτα σπέσιαλ	Ζυμαρικά με θαλασσινά	Ριζότο με θαλασσινά	Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο
	Ειδικό πιάτο*	ή Μπριιάμ	ή Λαχανικά τουρλού	ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	ή Μακαρόνια ογκραντέν	ή Γεμιστά λαδερά	ή Πέννες με λαχανικά	ή Λαχανικά εποχής Τουρλού
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κομπόστα

• 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 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		19/6	20/6	21/6	22/6	23/6	24/6	25/6
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Κρεατόσουπα	Σούπα του Σεφ	Μινεστρόνε	Ψαρόσουπα	Χορτόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια	Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	Μπριάμ ή Αρακάς ανάμικτος	Σουτζουκάκια με ρύζι ή Παστίσιο	Φιλέτο βακαλάου με σκορδαλιά	Αρνάκι κοκκινιστό με κριθαράκι	Μακαρόνια με κιμά ή Κοτόπουλο ψητό με ρύζι
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	ή Μπριζόλα χοιρινή με ρύζι	Τυρί
	Συνοδευτικά	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα	Σαλάτα Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Πουρές με λαχανικά	Ζυμαρόπιτα	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια ογκραντέν	Σπανακόρυζο ή	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ	Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Ριζότο με θαλασσινά ή Πέννες πριμαβέρα	Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι	Καλαμαράκια με χόρτα
	Ειδικό πιάτο*	Ζυμαρικά με θαλασσινά	Λαχανικά τουρλού	ή Γεμιστά με κιμά	Τυρί	Τυρί	ή Μπιφτέκι σχάρας με πουρέ	ή Χταπόδι με μακαρονάκι κοφτό
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Γλυκό	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 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		26/6	27/6	28/6	29/6	30/6		
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή		
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Χορτόσουπα	Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Ψαρόσουπα		
	Κυρίως πιάτο	Μπριάζμ ή Αρακάς ανάμικτος	Κοτόπουλο ψητό με ρύζι ή Μακαρόνια με κιμά	Φασολάκια ή Φασόλια φούρνου	Παστίσιο ή Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	Φέτα Γαλέος με σκορδαλιά ή Σαρδέλα φιλέτο ψητή με πατάτες		
	Ειδικό πιάτο*			Τυρί	Σαλάτα			
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο		
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Πουρές με λαχανικά	Μινεστρόνε	Ζυμαρόπιτα	Χορτόσουπα		
	Κυρίως πιάτο	Μακαρονάδα φούρνου με Ντομάτα & Τυρί ή Ρυζότο με θαλασσινά	Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Μακαρόνια ογκραντέν ή Σουφλέ λαχανικών	Σπανακόρυζο ή Λαχανικά τουρλού	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ ή Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι		
	Ειδικό πιάτο*			Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα		
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Γλυκό	Φρούτο	Φρούτο	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