

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ
1 - 28 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2018**

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

					1/2	2/2	3/2	4/2
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο				Κοτόσουπα	Πουρές με μπικον	Κρεατόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο				Μακαρόνια με κιμά ή Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι	Γίγαντες με χόρτα ή Ρεβίθια	Λαζάνια με κιμά ή Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι ή Αρνί ψητό με πατάτες
	Ειδικό πιάτο*					Τυρί		Γραβιέρα
	Συνοδευτικά				Σαλάτα Φρούτο	Γλυκό	Σαλάτα Φρούτο	Ρώσικη Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο				Ζυμαρόπιτα	Σούπα του Σεφ	Μινεστρόνε	Σούπα λαχανικών
	Κυρίως πιάτο				Αρακάς ανάμικτος ή Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι ή Σπαγγέτι με κρέμα γάλακτος & μανιτάρια	Αγκινάρες αλά πολίτα ή Σπανακόρυζο	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών ή Ομελέτα σπέσιαλ
	Ειδικό πιάτο*				Τυρί Ρυζόγαλο	Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα Γιαούρτη
	Συνοδευτικά					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

2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		5/2	6/2	7/2	8/2	9/2	10/2	11/2
		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 φιλέτο με πατάτες φούρνου	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι ή Μπριζόλα χοιρινή με ρύζι	Μακαρόνια με κιμά ή Μπιφτέκι 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	Λαχανικά τουρλού	Μινεστρόνε	Τραχανάς	Πουρές με μπεικον	Σούπα ζυμαρικών	Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά & μπέικον	Ομελέτα σπέσιαλ ή Ρυζότο θαλασσινών	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή Κεφτεδάκια με κριθαράκι	Ογκραντέν λαχανικών ή Γεμιστά λαδερά	Μπριάμ ή Μακαρόνια καρμπονάρα	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πουρέ ή Σνίτσελ κοτόπουλο με ρυζότο	Καλαμαράκια με ρύζι ή Μακαρόνια ογκραντέν
	Ειδικό πιάτο*	ή Πέννες πριμαβέρα	Τυρί Σαλάτα	Σαλάτα	Τυρί		Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Κρέμα σοκολάτα		Ζελέ	Κομπόστα	Σαλάτα 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

3^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

12/2

13/2

14/2

15/2

16/2

17/2

18/2

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα του σεφ	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Μινεστρόνε	Χορτόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασόλια φούρνου ή Φακές	Μακαρόνια με κιμά ή Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου ή Γαλέος φέτα με σκορδαλιά	Παστίσιο ή Χοιρινό ριγανάτο με πουρέ	Φασόλια γίγαντες ή Αρακάς ανάμικτος	Μουσακάς ή Γαλοπούλα φιλέτο με σάλτσα μουστάρδας	Μπριζόλα με πουρέ ή Κοτόπουλο με κάρυ και ρύζι
	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 πολίτα ή Σπανακόρυζο	Κοφτό μακαρόνι με θαλασσινά ή Μακαρόνια ναπολιτέν με τυρί	Λαχανόρυζο ή Φασολάκια λαδερά Τυρί	Μπιφτέκι με ριζότο ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Μακαρόνια ογκραντέν ή Κριθαρότο 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 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		19/2	20/2	21/2	22/2	23/2	24/2	25/2
		Καθαρά Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Τραχανάς	Χορτόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα ή Καλαμαράκια με ρύζι	Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου ή Φιλέτο μπακαλιάρου με σκορδαλιά	Παστίτσιο ή Σουτζουκάκια σχάρας με πουρέ	Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος	Μακαρόνια με κιμά ή Μπιφτέκι με κριθαράκι	Χοιρινό μπεκρί - μεζέ με πιλάφι ή Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι
	Ειδικό πιάτο*	Ταραμοσαλάτα-Ελιές- χαλβά	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι		Σαλάτα Φρούτο		Γραβιέρα	Τζατζίκι
	Συνοδευτικά	Λαγάνα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο		Τυρί Φρούτο	Ρώσικη Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές λαχανικών	Σούπα του Σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Πουρές λαχανικών	Μανιταρόσουπα	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Ρυζότο θαλασσινίων ή	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι ή	Σπανακόρυζο ή Ομελέτα σπέσιαλ	Κριθαρότο θαλασσινίων ή	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή	Μακαρόνια με σάλτσα Πέστο ή Ρυζότο με ζαμπόν & μπέικον	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πουρέ ή Κοφτό μακαρονάκι με κιμά
	Ειδικό πιάτο*	Πέννες με λαχανικά	Μακαρόνια φούρνου με ντομάτα & τυρί	Τυρί	Σουφλέ με μακαρόνια, τυριά & μπέικον	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με ρύζι	Σαλάτα Γιαούρτη	Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	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

5^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

26/2

27/2

28/2

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη				
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπέικον				
	Κυρίως πιάτο	Ρεβίθια σούπα ή Φακές	Μακαρόνια με κιμά ή Σουτζουκάκια σφυραϊκά με πιλάφι	Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος				
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί-Ελιές						
	Συνοδευτικά	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο				
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε				
	Κυρίως πιάτο	Λαχανικά τουρλού	Αγκινάρες αλά πολίτα ή Σπανακόρυζο	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά & μπέικον				
	Ειδικό πιάτο*	ή Μακαρόνια καρμπονάρα		ή Πέννες πριμαβέρα				
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Τυρί Κρέμα	Σαλάτα Κρέμα σοκολάτα				

- 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