

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ
7-31 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2018**

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

7

| | | | | | | | Κυριακή |
|--|---------------|--|--|--|--|--|--|
| Γ Ε Υ Μ Α | Πρώτο πιάτο | | | | | | Χορτόσουπα |
| | Κυρίως πιάτο | | | | | | Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι ή Αρνί ψητό με πατάτες |
| | Ειδικό πιάτο* | | | | | | |
| | Συνοδευτικά | | | | | | Ρώσικη Φρούτο |
| Δ Ε Ι Π Ν Ο | Πρώτο πιάτο | | | | | | Σούπα του σεφ |
| | Κυρίως πιάτο | | | | | | Μακαρόνια ογκραντέν ή Γιουβαρλάκια αυγολέμονο |
| | Ειδικό πιάτο* | | | | | | Τυρί |
| | Συνοδευτικά | | | | | | Φρούτο |

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

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΜΕΝΟΥ ΓΙΑ ΧΟΡΤΟΦΑΓΟΥΣ

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30

ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00

ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00

2^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

8

9

10

11

12

13

14

| | | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | Σάββατο | Κυριακή |
|----------------------------|---------------|---|---|---|---|--|---|--|
| Γ Ε Υ Μ Α | Πρώτο πιάτο | Σούπα ζυμαρικών | Σούπα του σεφ | Πίκλες | Κοτόσουπα | Ψαρόσουπα | Χορτόσουπα | Σούπα λαχανικών |
| | Κυρίως πιάτο | Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος | Σουτζουκάκια με πουρέ ή Παστίσιο | Φασολάδα ή Φακές | Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι ή Μακαρόνια με κιμά | Γαλέος με σκορδαλιά ή Φιλέτο σαρδέλας φούρνου με πατάτες φούρνου | Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι ή Μπριζόλα χοιρινή με ρύζι | Χοιρινό ριγανάτο με πιλάφι ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πουρέ |
| | Ειδικό πιάτο* | | Σαλάτα Φρούτο | Τυρί-Ελιές | | | Σαλάτα | Σαλάτα |
| | Συνοδευτικά | Τυρί Φρούτο | | Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Φρούτο | Φρούτο Ζελέ |
| Δ Ε Ι Π Ν Ο | Πρώτο πιάτο | Πουρές με μπέικον | Σούπα λαχανικών | Μινεστρόνε | Σούπα ζυμαρικών | Μανιταρόσουπα | Μινεστρόνε | Σούπα του σεφ |
| | Κυρίως πιάτο | Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον | Γεμιστά λαδερά ή Μακαρονάδα με σάλτσα ναπολιτέν | Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή Ριζότο θαλασσινών | Σπανακόρυζο ή Λαχανόρυζο | Κοφτό μακαρονάκι με καλαμαράκια κοκκινιστά ή Κεφτεδάκια με ρύζι | Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πατάτες ή Μπιφτέκι σχάρας με πουρέ | Μακαρόνια ογκραντέν ή Ομελέτα σπέσιαλ |
| | Ειδικό πιάτο* | | Τυρί Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Τυρί | Σαλάτα | Σαλάτα | Τυρί Φρούτο |
| | Συνοδευτικά | Κρέμα σοκολάτα | | | Φρούτο | Φρούτο | 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

| 3 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ | | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
|----------------------------|------------------------------|---|--|---|--|---|---|---|
| | | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | Σάββατο | Κυριακή |
| Γ Ε Υ Μ Α | Πρώτο πιάτο | Πίκλες | Σούπα του σεφ | Ψαρόσουπα | Κοτόσουπα | Πουρές λαχανικών | Σούπα ζυμαρικών | Σούπα λαχανικών |
| | Κυρίως πιάτο | Φασολάδα ή Φακές | Παστίσιο ή Μπιφτέκι με κριθαράκι | Φιλέτο σαρδέλας φούρνου με πατάτες φούρνου ή Φιλέτο ψαριού με σκορδαλιά | Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι ή Χοιρινό ριγανάτο με ρύζι | Γίγαντες ή Φασολάκια λαδερά | Σουτζουκάκια με πουρέ ή Μακαρόνια με κιμά | Χοιρινό λεμονάτο με πιλάφι ή Αρνί ψητό με πουρέ |
| | Ειδικό πιάτο* Συνοδευτικά | Τυρί-Ελιές Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Τυρί Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο Ζελέ | Ρώσικη σαλάτα Φρούτο |
| Δ Ε Ι Π Ν Ο | Πρώτο πιάτο | Σούπα ζυμαρικών | Πουρές λαχανικών | Σούπα του σεφ | Χορτόσουπα | Μινεστρόνε | Μανιταρόσουπα | Σούπα του σεφ |
| | Κυρίως πιάτο | Ομελέτα με πατάτες και μπέικον ή Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα ναπολιτέν | Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή Μακαρόνια με θαλασσινά | Γεμιστά λαδερά ή Πέννες με λαχανικά | Σπανακόρυζο ή Λαχανόρυζο Τυρί | Λουκάνικα ψητά με ρύζι ή Μπιφτέκι σχάρας με πουρέ | 2 αυγά μάτια με πατάτες ή Αρακάς ανάμικτος | Λαχανόρυζο ή Μακαρόνια ογκραντέν |
| | Ειδικό πιάτο* Συνοδευτικά | Σαλάτα Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Τυρί Φρούτο | Τυρί Φρούτο | Σαλάτα Κρέμα σοκολάτα | Τυρί Φρούτο | Τυρί 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 | | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
|----------------------------|---------------|------------------------|--|--|---|---|--|--|
| | | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | Σάββατο | Κυριακή |
| Γ Ε Υ Μ Α | Πρώτο πιάτο | Πίκλες | Χορτόσουπα | Ψαρόσουπα | Κοτόσουπα | Μινεστρόνε | Πουρές μπέικον | Σούππα του σεφ |
| | Κυρίως πιάτο | Φασολάδα ή Φακές | Παστίσιο ή Χοιρινό ριγανάτο με πιλάφι | Γαλέος με σκορδαλιά ή Φιλέτο σαρδέλας | Μακαρόνια με κιμά ή Κοτόπουλο ψητό με πουρέ | Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος | Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι ή Σουτζουκάκια με πουρέ | Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι ή Κοτόπουλο σνίτσελ με ζυμαρικά |
| | Ειδικό πιάτο* | Τυρί-Ελιές | Σαλάτα Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Τυρί | Σαλάτα | Σαλάτα |
| | Συνοδευτικά | Φρούτο | | Σαλάτα Φρούτο | | Φρούτο | Ρυζόγαλο | Ζελέ |
| Δ Ε Ι Π Ν Ο | Πρώτο πιάτο | Σούππα λαχανικών | Πουρές με μπέικον | Χορτόσουπα | Σούππα του σεφ | Μανιταρόσουπα | Μινεστρόνε | Τραχανάς |
| | Κυρίως πιάτο | Γεμιστά λαδερά | Φασολάκια λαδερά | Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή | Σπανακόρυζο ή Λαχανόρυζο | Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον | Λουκάνικα ψητά με ρύζι ή Μπιφτέκι σχάρας με πουρέ | Κοφτό μακαρονάκι με καλαμαράκια κοκκινιστά ή |
| | Ειδικό πιάτο* | Μακαρόνια ναπολιτέν | ή Λαχανικά τουρλού | Κεφτεδάκια με ρύζι | Τυρί | | Σαλάτα | Κεφτεδάκια με ρύζι |
| | Συνοδευτικά | Τυρί Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Ρυζόγαλο | Τυρί Φρούτο | Κρέμα σοκολάτα | 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

29

30

31

| | | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | | | | |
|----------------------------|---------------|---|---|--|--|--|--|--|
| Γ Ε Υ Μ Α | Πρώτο πιάτο | Σούπα ζυμαρικών | Κρεατόσουπα | Πίκλες | | | | |
| | Κυρίως πιάτο | Φασολάκια | Μοσχάρακι κοκκινιστό με κριθαράκι | Φασολάδα ή Φακές | | | | |
| | Ειδικό πιάτο* | ή Αρακάς ανάμικτος | ή Παστίσιο | Τυρί-Ελιές | | | | |
| | Συνοδευτικά | Τυρί Φρούτο | Σαλάτα Φρούτο | Φρούτο | | | | |
| Δ Ε Ι Π Ν Ο | Πρώτο πιάτο | Πουρές με μπέικον | Σούπα λαχανικών | Σούπα του σεφ | | | | |
| | Κυρίως πιάτο | Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον | Γεμιστά λαδερά ή Μακαρονάδα με σάλτσα ναπολιτέν | Γουβαρλάκια αυγολέμονο ή Ριζότο θαλασσινών | | | | |
| | Ειδικό πιάτο* | Τυρί | Τυρί | Σαλάτα Φρούτο | | | | |
| | Συνοδευτικά | 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