

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ
01 - 31 ΜΑΙΟΥ 2018**

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

1

2

3

4

5

6

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

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

2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		7	8	9	10	11	12	13
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	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 Παστίσιο	Φιλέτο σαρδέλας με πατάτες ή Βακαλάος φιλέτο σκορδαλιά	Αρνάκι λεμονάτο με πουρέ ή Μακαρόνια με κιμά	Παστίσιο ή Κοτόπουλο ψητό με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*			Τυρί-Ελιές		Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα	Σαλάτα Γλυκό
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Γλυκό	Σαλάτα Φρούτο		Φρούτο	
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Πουρές λαχανικών	Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Ομελέτα σπέσιαλ ή Λαχανικά εποχής Τουρλού	Μακαρόνια ογκραντέν ή Μακαρονάδα φούρνου με ντομάτα και τυρί	Μπριάμ ή Κοφτό μακαρονάκι με θαλασσινά	Σπανακόρυζο ή Φασολάκια	Γεμιστά λαδερά ή Σουφλέ με πατάτες και αλλαντικά	Λουκανικό χωριάτικο με ρύζι ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Καλαμαράκια με ρύζι ή Μακαρονάδα φούρνου με ντομάτα & τυρί
	Ειδικό πιάτο*			Ζελέ	Τυρί	Τυρί	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα	Φρούτο	Κομπόστα		

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

3 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		14	15	16	17	18	19	20
		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 σμυρναίικα 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 πατάτες ή Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με κριθαράκι
	Ειδικό πιάτο*							
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό	Γραβιέρα Ρώσικη Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Μανιταρόσουπα	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 ή με πουρέ Μπιφτέκι σχάρας με ριζότο
	Ειδικό πιάτο*							
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Τυρί Σαλάτα Ζελέ	Σαλάτα Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Κρέμα σοκολάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο

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

4 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		21	22	23	24	25	26	27
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούππα του σεφ	Μινεστρόνε	Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Πίκλες	Κρεατόσουπα	Σούππα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια ή Αρακάς ανάμικτος	Μακαρόνια με κιμά ή	Φιλέτο σαρδέλας με πατάες ή	Σουτζουκάκια σχάρας με ρύζι ή	Φασόλια φούρνου ή Φακές	Μοσχάρι σαλτσα μαδέρα με πουρέ ή	Μπιφτέκι σχάρας με ρύζι ή
	Ειδικό πιάτο*		Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	Βακαλάος φιλέτο σκορδαλιά	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι		Μπριζόλα χοιρινή σάλτσα μουστάρδας με ρύζι	Αρνί ψητό με πατάτες
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Σούππα ζυμαρικών	Σούππα του σεφ	Σούππα λαχανικών	Σούππα του σεφ	Πουρές λαχανικών	Σούππα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Μακαρονάδα φούρνου με ντομάτα και τυρί	Σπανακόρυζο ή	Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Λαχανικά εποχής τουρλού ή Μακαρόνια ογκραντέν	Λαχανικά Τουρλού ή	Καλαμαράκια με ρύζι ή	Γεμιστά λαδερά ή
	Ειδικό πιάτο*	ή Μπριάμ	Αγκινάρες αλά πολίτα			Ομελέτα σπέσιαλ	Κεφτεδάκια με κριθαράκι	Μακαρόνια με σάλτσα ναπολιτέν
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο

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

5^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

28

29

30

31

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

- 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