

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ
1 - 30 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2018**

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

						1/9	2/9
						Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο					Κρεατόσουπα	Μινεστρόνε
	Κυρίως πιάτο					Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι	Μακαρόνια με κιμά
						ή	ή
	Συνοδευτικά					Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι	Κοτόπουλο σνίσελ με ριζότο
	Ειδικό πιάτο*					Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο					Λαχανικά τουρλού	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο					Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι	Καλαμαράκια με ρύζι
						ή	ή
	Συνοδευτικά					Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ	Μπιφτέκι σχάρας με πατάτες
	Ειδικό πιάτο*					Σαλάτα 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

2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		3/9	4/9	5/9	6/9	7/9	8/9	9/9
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Πουρές με λαχανικά	Ψαρόσουπα	Χορτόσουπα	Πουρές με μπέικον	Κοτόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασόλια φούρνου	Παστίσιο	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου	Κοτόπουλο σνίτσελ με πουρέ	Αρακάς ανάμικτος	Μουσακάς	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά	Μπριαμ	Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Γαλέος φέτα με σκορδαλιά	Μακαρόνια με κιμά	Φασολάκια λαδερά	Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Γραβιέρα Ρώσικη Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Χορτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Σούπα λαχανικών	Χορτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια ογκραντέν	Λαχανικά Τουρλού	Κεφτεδάκια με κριθαράκι	Αγκινάρες αλα πολίτα	Γεμιστά λαδερά	Μακαρόνια με σάλτσα ναπολιτέν	Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά	Γεμιστά λαδερά	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Σπανακόρυζο	Μελιτζάνες ραγού	Ομελέτα σπέσιαλ	Μπιφτέκι σχάρας με ριζότο
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Ζελέ	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Κρέμα σοκολάτα	Σαλάτα Κομπόστα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο 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		10/9	11/9	12/9	13/9	14/9	15/9	16/9
		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	Μπιφτέκι σχάρας με ρύζι	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου	Σουτζουκάκια σχάρας με πουρέ	Φασόλια φούρνου	Μακαρόνια με κιμά	Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά	Αρακάς ανάμικτος	Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	Βακαλάος φιλέτο με σκορδαλιά	Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι	Ρεβυθάδα	Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Μπιφτέκι σχάρας με πουρέ
Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Γλυκό	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα 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	Γεμιστά λαδερά	Σπανακόρυζο	Ομελέτα σπέσιαλ	Ζυμαρικά με θαλασσινά	Λαχανικά τουρλού	Μακαρόνια με σάλτσα ναπολιτέν	Φασολάκια
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά	Μπριάμ	Ριζότο με θαλασσινά	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Μακαρόνια ογκραντέν	Καρμπονάρα	Ομελέτα σπέσιαλ	Λαχανικά εποχής Τουρλού
Ειδικό πιάτο*	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		17/9	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Ρυζότο	Κρεατόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Ζυμαρόπιτα	Χορτόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φακές	Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου	Σουτζουκάκια με ρύζι	Φασολάκια λαδερά	Μοσχάρακι κοκκινιστό με πιλάφι ή	Λαζάνια με λαχανικά εποχής ή
	Συνοδευτικά	Φασόλια φούρνου	Κοτόπουλο σνίτσελ με ρυζότο	Γαλέος φέτα με σκορδαλιά	Παστίτσιο	Αρακάς ανάμικτος	Μακαρόνια με κιμά	Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο Κρέμα σοκολάτα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Μανιταρόσουπα	Πουρές με λαχανικά	Ζυμαρόπιτα	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια ογκραντέν ή	Σπανακόρυζο ή	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ ή	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι ή	Ομελέτα σπέσιαλ ή	Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι ή	Μακαρόνια με σάλτσα ναπολιτέν ή
	Συνοδευτικά	Γεμιστά λαδερά	Λαχανικά τουρλού	Μακαρόνια κοφτό με κιμά	Πέννες πριμαβέρα	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Μπιφτέκι με πουρέ	Ριζότο με θαλασσινά
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί 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		24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Σούπα του σεφ	Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Πίκλες	Χορτόσουπα	Μινεστρόνε
	Κυρίως πιάτο	Μπριάμ	Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι	Φασόλια φούρνου	Μουσακάς	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πουρέ
	Συνοδευτικά	ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
		Αρακάς ανάμικτος	Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Βακαλάος φιλέτο με σκορδαλιά	Παστίσιο	Φακές	Μακαρόνια με κιμά	Κοτόπουλο σνίσελ με ριζότο
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Χορτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπέικον	Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Ομελέτα σπέσιαλ	Λαχανικά Τουρλού	Κεφτεδάκια με κριθαράκι	Μπριάμ	Μακαρονάδα φούρνου με ντομάτα και τυρί	Σπανακόρυζο	2 αυγά μάτια με λουκάνικα φρανκουφούρτης
	Συνοδευτικά	ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
		Μακαρόνια ογκραντέν	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Πέννες με λαχανικά	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι	Φασολάκια	Σπαγγέτι με θαλασσινά
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Τυρί Ζελέ	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Φρούτο Σαλάτα	Τυρί 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