

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ
1 - 31 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2018**

1 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Πίκλες	Κρεατόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια λαδερά ή	Κοτόπουλο ψητό με ρύζι ή	Φασόλια φούρνου ή	Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ ή	Φιλέτο βακαλάου με σκορδαλιά ή	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι ή	Λαζάνια με κιμά ή
	Ειδικό πιάτο*	Αρακάς ανάμικτος	Μακαρόνια με κιμά	Φακές	Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Σαρδέλα ψητή με πατάτες	Κοτόπουλο ψητό με Κοφτό μακαρόνι	Μπριζόλα χοιρινή με ρύζι
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα Σοκολάτα
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Μινεστρόνε	Πουρές με μπέικον	Σούπα του σεφ	Ζυμαρόπιτα	Μινεστρόνε	Χορτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Πέννες με λαχανικά ή	Λαχανικά Τουρλού ή	Καλαμαράκια με ρύζι ή	Λαχανόρυζο ή	Αγκινάρες αλά πολίτα ή	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πατάτες φούρνου ή	Σουφλέ λαχανικών ή
	Ειδικό πιάτο*	Ομελέτα σπέσιαλ	Κους-Κους με Μανιτάρια	Γεμιστά λαδερά	Σπανακόρυζο	Λαχανικά εποχής Τουρλού	Γιουβαρλάκια κοκκινιστα με πουρέ	Μακαρόνια ναπολιτέν
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Ζελέ	Τυρί Φρούτο	Τυρί 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		8/10	9/10	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα του σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα	Παστίσιο	Φασολάκια λαδερά	Κοτόπουλο ψητό με ρύζι	Σαρδέλα φιλέτο πατάτες φούρνου	Μουσακάς	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Ειδικό πιάτο*	Φακές	Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πουρέ	Αρακάς ανάμικτος	Μακαρόνια με κιμά	Φιλέτο βακαλάου με σκορδαλιά	Κοτόπουλο σνίτσελ κριθαράκι	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο Γλυκό	Γραβιέρα Ρώσικη Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα Ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ	Πουρές με Μπέικον	Σούπα του σεφ	Σούπα λαχανικών	Χορτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Πέννες με λαχανικά	Λαχανικά Τουρλού	Μακαρονάδα φούρνου με Ντομάτα & Τυρί	Αγκινάρες αλά πολίτα	Ζυμαρικά με Θαλασσινά	Μακαρόνια ογκραντέν	Σπετσοφάι
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Ειδικό πιάτο*	Γεμιστά λαδερά	Ριζότο Θαλασσινών	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Σπανακόρυζο	Μπριάμ	Ομελέτα σπέσιαλ	Μπιφτέκι σχάρας με ριζότο
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Ζελέ	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Κρέμα σοκολάτα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο Γιαούρτη

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

3 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		15/10	16/10	17/10	18/10	19/10	20/10	21/10
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Μινεστρόνε	Πίκλες	Μινεστρόνε	Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Σούπα λαχανικών
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια	Κεφτεδακια κοκκινιστά με πουρέ	Γίγαντες	Παστίσιο	Φέτα Γαλέος με σκορδαλιά	Μακαρόνια με κιμά	Κεφτεδάκια με ρύζι
	Ειδικό πιάτο*	ή Αρακάς ανάμικτος	ή Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	ή Φακές	ή Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαρακι	ή Σαρδέλα φιλέτο ψητή με πατάτες	ή Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι	ή Μπριζόλα με πουρέ
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Ρώσικη Σαλάτα Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Μανιταρόσουπα	Σούπα του σεφ	Σούπα λαχανικών	Σούπα του σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια με σάλτσα ναπολιτέν	Μακαρόνια ογκραντέν	Ομελέτα σπέσιαλ	Ζυμαρικά με θαλασσινά	Σουτζουκάκια ψητά με ρύζι	Λουκάνικο Χωριάτικο με πουρέ	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο
	Ειδικό πιάτο*	ή Μπριάμ	ή Σπαγγέτι Θαλασσινών	ή Σουφλέ πατάτας με τυριά και μπέικον	ή Πένες Πριμαβέρα	ή Γεμιστά λαδερά	ή Καρμπονάρα	ή Λαχανικά εποχής Τουρλού
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Ζελέ	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Τυρί Κρέμα Σοκολάτα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κομπόστα

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

4 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		22/10	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10	28/10
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Χορτόσουπα	Σούπα του Σεφ	Μινεστρόνε	Ψαρόσουπα	Σούπα Ζυμαρικών	Κρεατόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα	Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	Φασολάκια Λαδερά	Σουτζουκάκια με ρύζι	Φιλέτο βακαλάου με σκορδαλιά	Αρνάκι κοκκινιστό με κριθαράκι	Μοσχάρι Κοκκινιστό με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*	ή Φακές	ή Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	ή Αρακάς ανάμικτος	ή Πασίτσιο	ή Σαρδέλα φιλέτο ψητή με πατάτες	ή Κοτόπουλο ψητό με μακαρόνια	ή Μπριζόλα χοιρινή με ρύζι
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα	Τυρί Σαλάτα Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Πουρές με λαχανικά	Ζυμαρόπιτα	Σούπα του Σεφ	Κους - Κους
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια ογκραντέν	Σπανακόρυζο	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ	Ομελέτα σπέσιαλ	Λαχανικά Τουρλού	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πατάτες	Καλαμαράκια με χόρτα
	Ειδικό πιάτο*	ή Ζυμαρικά με θαλασσινά	ή Πρασόρυζο	ή Γεμιστά με κιμά	ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	ή Πέννες πριμαβέρα	ή Μπιφτέκι σχάρας με πουρέ	ή Χταπόδι με μακαρονάκι κοφτό
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Ρυζόγαλο	Σαλάτα Φρούτο Γιαούρτη	Σαλάτα Κομπόστα

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

5 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		29/10	30/10	31/10				
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη				
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Χορτόσουπα	Σούπα Ζυμαρικών				
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα	Χοιρινό Ριγανάτο με ρύζι	Φασολάκια				
		ή	ή	ή				
	Ειδικό πιάτο*	Φακές	Μακαρόνια με κιμά	Αρακάς ανάμικτος				
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο				
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Πουρές με λαχανικά	Μινεστρόνε				
	Κυρίως πιάτο	Μακαρονάδα φούρνου με Ντομάτα & Τυρί	Ομελέτα σπέσιαλ	Μακαρόνια ογκραντέν				
		ή	ή	ή				
	Ειδικό πιάτο*	Ρυζότο με θαλασσινά	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Κεφτεδάκια Κοκκινιστά με ρύζι				
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Ζελέ				

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