

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ  
5 - 31 ΜΑΙΟΥ 2019**

**1<sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ**

**5/5**

								<b>Κυριακή</b>
<b>Γ Ε Υ Μ Α</b>	Πρώτο πιάτο							Κρεατόσουπα
	Κυρίως πιάτο							Μοσχάρακι κοκκινιστό με ριζότο ή Αρνάκι λεμονάτο με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*							Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά							
<b>Δ Ε Ι Π Ν Ο</b>	Πρώτο πιάτο							Σούπα λαχανικών
	Κυρίως πιάτο							Μακαρόνια με σάλτσα Ναπολιτέν & τραμμένο τυρί
	Ειδικό πιάτο*							ή Πίτσα σπέσιαλ
	Συνοδευτικά Πρώτο πιάτο							Σαλάτα Φρούτο Γιαούρτη

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

2 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		6/5	7/5	8/5	9/5	10/5	11/5	12/5
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Μινεστρόνε	Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Πουρές με μπεικον	Σούπα του σεφ	Ριζότο λαχανικών
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα ή Φασολάκια λαδερά	Κοτόπουλο σνίτσελ σάλτσα μουστάρδας & πουρέ	Σαρδέλα φιλέτο φούρνου με πατάτες φούρνου ή Φιλέτο βακαλάου με σκορδαλιά	Μακαρόνια με κιμά ή Κοτόπουλο ψητό με ρύζι	Γίγαντες με χόρτα ή Φακές Τυρί Πίκλες - Ελιές	Παστίσιο ή Σουτζουκάκια συμρνέικα με κριθάρaki	Μουσακάς ή Αρνάκι φρικασέ
	Ειδικό πιάτο*		ή					Τυρί
	Συνοδευτικά	Ταραμοσαλάτα Τυρί-Ελιές Χαλβάς	Χοιρινό Ριγανάτο με ρύζι  Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο Ζελέ φρούτων	Σαλάτα  Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα  Φρούτο	Ρωσική σαλάτα Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα του Σεφ	Μανιταρόσουπα	Τυρόπιτα	Ζυμαρόπιτα	Σούπα λαχανικών	Χορτόσουπα	Σπανακόπιτα
	Κυρίως πιάτο	Καλαμαράκια κοκκινιστά με κοφτό μακαρονάκι  ή Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον  ή Μπριάμ	Αρακάς λεμονάτος ανάμικτος ή Σπανακόρυζο	Κους Κους με μανιτάρια και βασιλικό ή Ρυζότο θαλασσινών	Μακαρόνια ογκραντέν ή Ψαροκροκέτες με πλιγούρι	Κεφτεδάκια τηγανητά με πουρέ ή Λουκάνικα φρανκφούρτης με κριθάρaki	Χταπόδι κοκκινιστό με πένες  ή Γιουβαρλάκια αυγολέμονο
	Ειδικό πιάτο*		Τυρί	Τυρί	Τυρί Φρούτο Ρυζόγαλο	Σαλάτα Φρούτο		Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά	Σαλάτα  Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Κρέμα σοκολάτα Φρούτο			Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο

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

3 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		13/5	14/5	15/5	16/5	17/5	18/5	19/5
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Κοτόσουπα	Πίκλες	Χορτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Πουρές με λαχανικά
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια λαδερά	Κοτόπουλο ψητό με κοραλάκι & λεμονάτη σάλτσα	Φασόλια φούρνου ή Φακές	Παστίσιο ή	Γαλέος φέτα με σκορδαλιά	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι	Μακαρόνια με κιμά ή Μπιφτέκι
	Ειδικό πιάτο*	ή Αρακάς κοκκινιστός ανάμικτος	ή Χοιρινό με σάλτσα μουστάρδας και πιλάφι	Τυρί-Ελιές	Κοτόπουλο σνίτσελ με λεμονάτη σάλτσα και πλιγούρι	ή Γαύρος τηγανητός με πατάτες	ή Μπριζόλα χοιρινή κρασάτη με ρύζι	κοτόπουλο με σάλτσα μουστάρδας & ρύζι
	Συνοδευτικά	Τυρί Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο Ζελέ φρούτων	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα	Πατατοσαλάτα Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Μινεστρόνε	Τυρόπιτα	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπεικον	Μινεστρόνε	Χορτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Γεμιστά λαδερά	Σπανακόρυζο ή Αγκινάρες αλά πολιτα	Καλαμαράκια με σπανάκι ή Χταπόδι κοκκινιστό με μακαρονάκι κοφτό	Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπείκον	Τουρλού λαχανικών	Λουκάνικα Φρανκφούρτης κριθαράκι	Μακαρόνια ογκραντέν
	Ειδικό πιάτο*	ή Μπριάμ	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα Φρούτο	ή Πέννες με κρέμα γάλακτος και λαχανικά	ή Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ	ή 2 Αυγά μάτια με πατάτες
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Κομπόστα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο Γιαούρτη	Σαλάτα Φρούτο

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

4 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		20/5	21/5	22/5	23/5	24/5	25/5	26/5
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα του σεφ	Ψαρόσουπα	Χορτόσουπα	Πουρές με λαχανικά	Κρεατόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασόλια φούρνου ή Φακές	Παστίσιο ή Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Φιλέτο σαρδέλας με πατάτες ή Βακαλάος φιλέτο σκορδαλιά	Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ ή Κοτόπουλο σνίτσελ σάλτσα μουστάρδας με ριζότο	Γίγαντες με χόρτα ή Αρακάς ανάμικτος	Αρνάκι λεμονάτο με πουρέ ή Μακαρόνια με κιμά	Μουσακάς ή Κοτόπουλο ψητό με κοραλάκι
	Ειδικό πιάτο*			Σαλάτα Φρούτο		Τυρί Κρέμα σοκολάτα	Τυρί	Γαλοτύρι
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές Ταραμοσαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο		Σαλάτα Φρούτο		Μελιτζανοσαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Σπανακόπιτα	Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Ομελέτα σπέσιαλ ή Λαχανικά εποχής Τουρλού	Χταπόδι κοκκινιστό με κοφτό μακαρόνι ή Μακαρονάδα φούρνου με ντομάτα και τυρί	Μπριάμ ή Ριζότο με θαλασσινά	Σπανακόρυζο ή Φασολάκια	Γεμιστά λαδερά ή Σουφλέ με πατάτες αλλαντικά και τυριά	Λουκάνικο χωριάτικο με ρύζι ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Καλαμαράκια κρασάτα με ρύζι ή Ψαροκροκέτες με πλιγούρι
	Ειδικό πιάτο*	Σαλάτα Φρούτο		Ζελέ	Τυρί	Τυρί	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά		Τυρί Φρούτο	Σαλάτα	Φρούτο	Κομπόστα		

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

5 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ		27/5	28/5	29/5	30/5	31/5		
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή		
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα του σεφ	Σούπα του σεφ		
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια	Χοιρινό ριγανάτο με πιλάφι	Σαρδέλα φούρνου με πατάτες φούρνου	Μπιφτέκι σχάρας με κειθαράκι	Μακαρονάκι κοφτό ναπολιτέν ή		
	Ειδικό πιάτο*	ή Αρακάς ανάμικτος	ή	ή Γαλέος φέτα με σκορδαλιά	ή Μακαρόνια με κιμά	Αρακάς με καρότα και πατάτες		
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο Ζελέ	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι  Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο		
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ	Πουρές με λαχανικά	Σπανακόπιτα	Ρυζότο		
	Κυρίως πιάτο	Γεμιστά λαδερά	Ομελέτα σπέσιαλ ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Μακαρονάδα φούρνου με ντομάτα και τυρί	Σπανακόρυζο ή Φασολάκια	Λαχανικά τουρλού ή Πέννες με λαχανικά		
	Ειδικό πιάτο*	ή Μπριάμ	ή	ή Σουφλέ πατάτας με τυριά και μπέικον	ή Τυρί	ή		
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο Ρυζόγαλο	Τυρί Κομπόστα		

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