

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ
1 - 23 ΔΕΚΕΒΡΙΟΥ 2019**

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

1/12

							Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο						Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο						Μακαρόνια με κιμά ή
	Ειδικό πιάτο*						Μπριζόλα χοιρινή με σάλτσα μουστάρδας και ρύζι
	Συνοδευτικά						Σαλάτα Κρέμα Σοκολάτα
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο						Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο						Σουφλέ λαχανικών ή
	Ειδικό πιάτο*						Μακαρόνια ναπολιτέν με τριμμένο τυρί
	Συνοδευτικά						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		2/12	3/12	4/12	5/12	6/12	7/12	8/12
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα του σεφ	Ψαρόσουπα	Χορτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Κοτόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα	Παστίσιο	Φέτα Γαλέος με σκορδαλιά	Κοτόπουλο ψητό με σάλτσα μουστάρδας και ρύζι	Φασολάκια λαδερά	Μουσακάς	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι
	Ειδικό πιάτο*	ή Φακές	ή Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πουρέ	ή Σαρδέλα φιλέτο ψητή με πατάτες	ή Μακαρόνια με κιμά	ή Αρακάς ανάμικτος	ή Κοτόπουλο σνίτσελ κριθαράκι	ή Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό	Σαλάτα εποχής Ρώσικη σαλάτα 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 καρμπονάρα	Λαχανικά Τουρλού	Μακαρονάδα φούρνου με Ντομάτα & Τυρί	Αγκινάρες αλά πολίτα	Ζυμαρικά με Θαλασσινά	Μακαρόνια ογκραντέν	Σπετσοφαί
	Ειδικό πιάτο*	ή Γεμιστά λαδερά	ή Ριζότο Θαλασσινών	ή Σουφλέ πατάτες με τυριά και μπέικον	ή Σπανακόρυζο	ή Μπριάμ	ή Ομελέτα σπέσιαλ	ή Μπιφτέκι σχάρας με ριζότο
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Ζελέ	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Κρέμα σοκολάτα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο ή	Σαλάτα 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		9/12	10/12	11/12	12/12	13/12	14/12	15/1
		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 λαδερά	Κεφτεδακια κοκκινιστά με κοχυλάκι	Γίγαντες	Παστίσιο	Ψαροκροκέτες με πλιγούρι και λεμονάτη σάλτσα	Μακαρόνια με κιμά	Αρνάκι φρικασέ ή
	Ειδικό πιάτο*	ή Αρακάς ανάμικτος	ή Χοιρινό Ριγανάτο με πουρέ	ή Φακές	ή Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	ή Φιλέτο βακαλάου πανέ με σκορδαλιά	ή Κοτόπουλο ψητό με ρύζι & σάλτσα μουστάρδας	Μπριζόλα σχάρας με πουρέ Ρώσικη Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο ή	Σαλάτα Φρούτο	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 και τριμμένο τυρί	Μακαρόνια ογκραντέν	Ομελέτα σπέσιαλ	Ζυμαρικά με θαλασσινά	Λαχανικά εποχής Τουρλού	Λουκάνικο Χωριάτικο με πουρέ	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο
	Ειδικό πιάτο*	ή Μπριάμ	ή Σπαγγέτι με Θαλασσινά	ή Σουφλέ πατάτας με τυριά και μπέικον	ή Πένες Πριμαβέρα	ή Γεμιστά λαδερά	ή Μακαρονάδα “Καρμπονάρα”	ή Σουτζουκάκια συμυρνέικα με ρύζι
	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

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30 ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00 ΔΕΙΠΝΟ:18.00-21.00

4 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		16/12	17/12	18/12	19/12	20/12	21/12	22/12
		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 σχάρας με σάλτσα μουστάρδας & ρύζι	Φιλέτο βακαλάου με σκορδαλιά	Αρνάκι ψητό με πουρέ	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Ειδικό πιάτο*	Φακές	Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Αρακάς ανάμικτος	ή	Σαρδέλα φιλέτο ψητή με πατάτες	Κοτόπουλο ψητό με μακαρόνια σπαγγέτι	Μπιφτέκι σχάρας με ρύζι και λεμονάτη σάλτσα
Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	ή	Παστίσιο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα	Σαλάτα Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Πουρές με λαχανικά	Ζυμαρόπιτα	Σούπα του Σεφ	Ζυμαρόπιτα
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια ογκραντέν	Σπανακόρυζο	Ομελέτα σπέσιαλ	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πουρέ	Λαχανικά Τουρλού	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πατάτες	Καλαμαράκια κοκκινιστά με χόρτα
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Ειδικό πιάτο*	Σπετσοφάι	Κους-Κους με Μανιτάρια	Γεμιστά με κιμά	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Μακαρονάδα φούρνου με Ντομάτα & Τυρί	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Θαλασσινά 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

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30 ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00 ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00

5^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ 23/12

		Δευτέρα					
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον					
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα ή Φακές					
	Ειδικό πιάτο*						
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο					
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών					
	Κυρίως πιάτο	Μακαρονάδα φούρνου με Ντομάτα & Τυρί					
	Ειδικό πιάτο*	ή Ριζότο με θαλασσινά					
	Συνοδευτικά	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