

Η ΦΗΓΟΣ

ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΗ Α.Ε

ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ ΤΟΥ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥΠΟΛΗ ΙΩΑΝΝΙΝ

ΤΗΛ. 2651005469 2651005491

MENΟΥ

ΑΠΟ 17/02/2020 ΕΩΣ 28/02/2020

Τιμή menu :7,00 €

17/02/2020 ΔΕΥΤΕΡΑ

Πρώτο πιάτο: Μπρουσκέτα με ντομάτα και τυρί φέτα

- Μπιφτεκάκια γεμιστά με φέτα και τηγανητές πατάτες ή
- Μακαρόνια Μπολονέζ
- Φέτα ή σαλάτα 3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι), **Βραστά λαχανικά** (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό

18/02/2020 ΤΡΙΤΗ

Πρώτο πιάτο : Κοτόσουπα

- Κοτόπουλο φιλέτο μπουκιές με κρέμα γάλακτος, μανιτάρια και ρύζι ή
- Πένες Πριμαβέρα
- Φέτα ή σαλάτα 3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι), **Βραστά λαχανικά** (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό

19/02/2020 ΤΕΤΑΡΤΗ

Πρώτο πιάτο : Ψαρόσουπα

- Μπακαλιάρος σκορδαλιά ή
- Ρυζότο Θαλασσινών
- Φέτα ή σαλάτα 3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι), **Βραστά λαχανικά** (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό

20/02/2020 ΠΕΜΠΤΗ

Πρώτο πιάτο : Σπαραγγόσουπα

- Αρνί ψητό με πατάτες φούρνου
ή
- Σουτζουκάκια με σως γιαουρτιού και πατάτες τηγανητές
- Φέτα ή σαλάτα3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι),
Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα,
σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό

21/02/2020 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Πρώτο πιάτο :

- *ΑΡΓΙΑ*

24/02/2020 ΔΕΥΤΕΡΑ

Πρώτο πιάτο : Τυρόπιτα

- Κοτόπουλο κοκκινιστό με χυλοπίτες
ή
- Λαχανοντολμάδες
- Φέτα ή σαλάτα3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι),
Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα,
σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό

25/02/2020 ΤΡΙΤΗ

Πρώτο πιάτο : Πιπεριές ψητές

- Μοσχάρι ψητό με ρύζι και σως μανιταριών
ή
- Χοιρινό στη λαδόκολα με τυριά και πιπεριές
- Φέτα ή σαλάτα3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι),
Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα,
σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό

26/02/2020 ΤΕΤΑΡΤΗ

Πρώτο πιάτο : Χορτόπιτα

- Γεμιστά με κιμά
ή
- Μακαρόνια Καρμπονάρα
- Φέτα ή σαλάτα3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι),
Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα,
σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό

27/02/2020 ΠΕΜΠΤΗ

Πρώτο πιάτο : Τραχανάς

- Σουφλέ κοτόπουλο με πένες και μπρόκολο
- ή
- Γαριδομακαρονάδα
- Φέτα ή σαλάτα3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι), **Βραστά λαχανικά** (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό

28/02/2020 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Πρώτο πιάτο : Μακαρονόπιτα

- Γαύρος τηγανητός με πατατοσαλάτα
- ή
- Μπιφτέκι σχάρας με ρύζι
- Φέτα ή σαλάτα3 επιλογές : **Εποχής** (λάχανο, καρότο, μαρούλι), **Βραστά λαχανικά** (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) **Ρόκα** (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)
- Φρούτο ή γλυκό